

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Perubahan iklim telah menjadi ancaman serius abad ini, dampaknya kian nyata dirasakan oleh seluruh masyarakat di dunia. Setidaknya perubahan iklim atau biasa disebut dengan pemanasan global ini telah membawa pengaruh signifikan terhadap perilaku dan kehidupan manusia. Perubahan iklim berimplikasi pada meningkatnya pemanasan suhu bumi, banjir, kekeringan, krisis pangan dan badai besar di beberapa belahan bumi. Tidak hanya itu, perubahan iklim juga berdampak pada kesehatan mental masyarakat. Baru-baru ini, pada 28 Februari 2022, The Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC), merilis sebuah laporan yang berjudul “*Perubahan Iklim 2022: Dampak, Adaptasi dan Kerentanan*”. Panel Antar pemerintah untuk perubahan iklim itu memperingatkan bahwa dampak perubahan iklim sangat berbahaya bagi kesehatan mental manusia. Berbagai peristiwa perubahan iklim ekstrim menurut IPCC, dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti kecemasan, stress trauma akut, masalah tidur hingga depresi yang dapat menimbulkan keinginan untuk bunuh diri.<sup>1</sup> Laporan IPCC tersebut sejalan dengan studi yang dilakukan oleh WHO bahwa paparan perubahan iklim akan berdampak pada gangguan kesehatan mental.

Ancaman terhadap kesehatan mental akibat perubahan iklim jika dijabarkan secara gamblang sangat logis. Dampak

---

<sup>1</sup>The Intergovernmental Panel on Climate Change (IPCC): “*Perubahan Iklim 2022: Dampak, Adaptasi dan Kerentanan*” <https://www.ipcc.ch/report/ar6/wg2/>, diakses pada 25 Juni 2022.

berbahaya dari perubahan iklim akan mengakibatkan masalah terhadap lingkungan hidup manusia, seperti terjadinya kekeringan, naiknya suhu bumi, banjir, kenaikan air laut, badai besar, kebakaran hutan hingga krisis pangan. Dampak yang terjadi tersebut akan mengakibatkan masalah kesehatan mental, kecemasan yang berlebihan, stress trauma akut dan keinginan untuk bunuh diri. Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan gangguan depresi sudah mulai terjadi sejak rentang usia remaja (15-24 tahun), dengan prevalensi 6,2 persen.<sup>2</sup> Pola prevalensi depresi semakin meningkat seiring dengan peningkatan usia, tertinggi pada umur 75 tahun sebesar 8,9 persen, 65-74 sebesar 8,0 persen dan 55-64 tahun sebesar 6,5 persen.

Tidak hanya mengancam keberlangsungan lingkungan hidup dan kesehatan mental manusia, perubahan iklim juga jika tidak segera dicegah dan ditanggulangi akan menimbulkan masalah kesejahteraan hidup, kemiskinan, pengangguran, dan meningkatnya rumah tidak layak huni. Jika dilihat dari di atas, tren kenaikan gangguan kesehatan mental di Indonesia setiap tahunnya mengalami kenaikan Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar 2013, prevalensi gangguan jiwa berat di Indonesia mencapai 1,7 per mil. Hal ini berarti, 1-2 orang dari 1000 penduduk Indonesia mengalami gangguan jiwa berat. Pada saat 2013, pengobatan gangguan jiwa tercatat bahwa kurang dari 10% orang yang mengalami gangguan jiwa mendapatkan layanan terapi oleh

---

<sup>2</sup>Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset kesehatan dasar riskesdas 2018. Diakses pada tanggal 20 Juni 2022 dari laman <https://pusdatin.kemkes.go.id>

petugas kesehatan.<sup>3</sup> Angka yang dapat dikatakan jauh dari harapan. Di tahun 2018, survei yang dilakukan kembali oleh Riset Kesehatan Dasar, prevalensi gangguan jiwa berat meningkat secara signifikan menjadi 7 per mil, yang artinya 7 dari 1000 penduduk Indonesia mengalami gangguan jiwa berat. yang signifikan, tentu ini harus menjadi alarm yang serius bagi semua pihak.<sup>4</sup>

Kesehatan mental tidak hanya sebatas kasus gangguan jiwa berat, kesehatan mental haruslah diartikan secara lebih luas. Apabila dilihat dari UU Nomor 18 Tahun 2014 tentang kesehatan jiwa, kesehatan mental adalah kondisi ketika individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial sehingga menyadari kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Yang artinya, kesehatan mental dapat dikatakan menentukan produktivitas suatu bangsa. Kesehatan mental dapat digunakan sebagai salah satu kriteria kesejahteraan masyarakat, yang tentunya bersinergi dengan kesehatan fisik.<sup>5</sup> Secara spesifik, perubahan iklim akan berdampak pada kecemasan seseorang sebagai gangguan psikologis yang banyak dialami oleh masyarakat pesisir. Kecemasan pada dasarnya selalu ada di setiap

---

<sup>3</sup>Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset kesehatan dasar riskesdas 2013. Diakses pada tanggal 20 Juni 2022 dari laman <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013>.

<sup>4</sup> Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2013. Riset kesehatan dasar riskesdas 2018. Diakses pada tanggal 20 Juni 2022 dari laman <https://pusdatin.kemkes.go.id>

<sup>5</sup> Wijaya, Yeni Duriana. 2019. *Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti*. Buletin Jagaddhita Vol. 1, No. 1, Februari 2019. Diakses pada tanggal 26-03-2019 melalui laman <https://jagaddhita.org/kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-nanti/>.

kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru maupun adanya sebuah konflik. Allah SWT berfirman dalam Al-Quran Surah Yunus ayat 57, yang menjelaskan tentang kecemasan.

Artinya: *“Wahai manusia, sesungguhnya sudah datang dari Tuhanmu Al-Qur’an yang mengandung pengajaran, penawaran bagi penyakit batin (jiwa), tuntunan serta rahmat bagi orang-orang yang beriman”*. (QS. Yunus: 57).<sup>6</sup>

Ayat di atas menjelaskan bahwa Al-Quran dapat dijadikan sebagai pedoman dan petunjuk yang dapat dipelajari untuk menyelesaikan segala permasalahan hidup. Apabila dihayati dan diamalkan maka akan menjadikan pikiran dan rasa yang mengarah kepada realitas keimanan yang sangat penting bagi stabilitas dan ketentraman hidup.<sup>7</sup> Seseorang dapat merasakan kecemasan sebagai respon terhadap perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai sesuatu. Selain itu, Allah SWT. juga berfirman dalam Q.S Al-Baqarah: Ayat 155:

Artinya: *Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar*. (Q.S Al-Baqarah: Ayat 155)<sup>8</sup>

Selain itu, Allah Subhanahu Wa Ta'ala juga berfirman:

Artinya: *(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata Inna lillahi wa inna ilaihi raji'un”*

---

<sup>6</sup> Al-Quran, Surat Yunus: 57

<sup>7</sup> M. Quraish Shihab, *Wawasan Al-Qur’an* (Bandung: IKAPI, 1996), h. 13.

<sup>8</sup> Q.S Al-Baqarah: Ayat 155

*(sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali).*  
(QS. Al-Baqarah: Ayat 156)<sup>9</sup>

Kecemasan pada taraf dan kualitas tertentu mempunyai fungsi adaptif dan konstruktif demi kelangsungan hidup individu dalam lingkungannya yang berubah-ubah. Oleh karena itu, ketenangan hati sangat dibutuhkan dalam diri setiap orang. Karena pada dasarnya jiwa setiap orang berawal dari sebuah kesucian. Tetapi ketika kita sudah dewasa atau baligh, maka jiwa kita akan dihadapkan dengan sesuatu hal yang positif atau negatif. Biasanya di masa baligh ini setiap orang sering kehilangan arah atau lebih condong memilih hal yang negatif. Maka setiap hal yang kita lakukan di dunia ini pasti akan mendapatkan balasan sesuai apa yang kita kerjakan. Ketika kita memilih hal yang buruk, maka akan mendapatkan balasan oleh Allah.

Terkait perubahan iklim, Allah Subhanahu Wa Ta'ala berfirman:

*Artinya: Telah tampak kerusakan di darat dan di laut disebabkan perbuatan tangan manusia; Allah menghendaki agar mereka merasakan sebagian dari (akibat) perbuatan mereka, agar mereka kembali (ke jalan yang benar).* (QS. Ar-Rum 30: Ayat 41)<sup>10</sup>

Begitupun ketika kita melakukan hal yang baik seperti menjaga alam dan kesehatan mental maka akan mendapatkan balasan kebaikan atau akan mendapatkan surganya Allah Swt. Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam juga bersabda:

*Artinya: Barangsiapa yang menghidupkan tanah yang mati, maka di sana ia akan memperoleh pahala dan tanaman yang*

---

<sup>9</sup> Q.S Al-Baqarah: Ayat 156

<sup>10</sup> QS. Ar-Rum 30: Ayat 41

*dimakan binatang kecil (seperti burung atau binatang liar), maka hal itu menjadi sedekah baginya.”* (HR. Ahmad)

Sesuai yang terkandung dalam ayat Al Qur'an dan Hadits terkait beberapa permasalahan kesehatan mental yang kompleks akibat perubahan iklim di atas sudah seharusnya mahasiswa, calon konselor, konselor dan semua pihak memperhatikan kembali dampak perubahan iklim terhadap kesehatan mental masyarakat yang terdampak. Jika dibiarkan berlarut, maka akan berdampak pada berbagai sektor kehidupan manusia, seperti ekonomi, sosial dan budaya. Dalam hal ini, penulis telah melakukan penelitian terhadap masyarakat pesisir Karangantu, Kota Serang, Banten, dan ditemukan fenomena bahwa perubahan iklim yang terjadi seperti naiknya air laut (banjir rob), kenaikan suhu di wilayah Karangantu, badai laut dan kekeringan telah menimbulkan gangguan kesehatan mental, salah satunya adalah kecemasan penelitian tersebut berjudul: **“Kecemasan Masyarakat Pesisir Akibat Perubahan Iklim dan Implikasi Terhadap Bimbingan Konseling”** dengan studi pada masyarakat Pesisir Karangantu, Kec. Kasemen, Kota Serang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kecemasan yang dialami oleh masyarakat Pesisir Karangantu akibat perubahan iklim?
2. Bagaimana layanan konseling individual dapat membantu mengatasi kecemasan akibat perubahan iklim?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk menemukan jawaban atas masalah yang telah dirumuskan atau disebut perumusan masalah, yaitu:

1. Mengetahui bagaimana kecemasan yang dialami oleh masyarakat Pesisir Karangantu akibat perubahan iklim?
2. Menganalisis apa saja teknik dan metode yang dapat digunakan dalam layanan konseling individual untuk mengatasi kecemasan akibat perubahan iklim?

### **D. Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan terdapat manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis:

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kebermanfaatan terhadap keilmuan bimbingan konseling Islam dan bagi pembaca pada umumnya. Hasil dari penelitian juga diharapkan bisa dijadikan salah satu referensi bagi penelitian lainnya dikemudian hari.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis ini dapat menjadi sebuah informasi mengenai dampak perubahan iklim terhadap kesehatan mental masyarakat pesisir dan bagaimana konselor memberikan layanan konseling kepada masyarakat yang terdampak secara psikologis dan mental. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi tambahan wawasan untuk mahasiswa Bimbingan Konseling Islam.

### **E. Penelitian Terdahulu yang Relevan**

Guna menghindari kesamaan dengan penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya, maka penulis telah melakukan penelusuran dan kajian dari berbagai sumber dan referensi yang memiliki kesamaan topik dengan penelitian ini. Berikut adalah beberapa karya tulis yang relevan dengan penelitian ini:

Penelitian pertama berjudul "*Dampak Perubahan Iklim Terhadap Kesehatan*" yang disusun oleh Susilawati Universitas Jambi pada tahun 2021. Penelitian ini menjelaskan dampak perubahan iklim yang dapat mempengaruhi kesehatan manusia secara langsung dan tidak langsung serta faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kesehatan manusia. Dari hasil penelitiannya, Susilawati menjelaskan dampak perubahan iklim secara langsung yaitu berupa paparan dari perubahan pola cuaca seperti temperatur, curah hujan, kenaikan muka air laut dan peningkatan frekuensi cuaca ekstrim. Hal ini dapat menyebabkan kematian. Sedangkan dampak perubahan iklim tidak langsung yaitu berupa penyakit, tercemarnya air dan makanan, penyakit bawaan vektor dan malnutrisi. Penelitian yang dilakukan oleh Susilawati ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh penulis, terdapat pada tema yang diuraikan yaitu membahas dampak dari perubahan iklim. Selain itu, tujuan penelitian yang dilakukan juga untuk memperkuat regulasi yang memperhatikan kualitas lingkungan sehingga dampak dari perubahan iklim dapat diminimalisir. Sedangkan perbedaannya terletak pada konsen dari dampak perubahan iklim, penelitian ini lebih konsen kepada dampak perubahan iklim terhadap kesehatan, sedangkan penulis

konsen kepada dampak perubahan iklim terhadap kecemasan masyarakat pesisir.<sup>11</sup>

Penelitian kedua berjudul “*Dampak Perubahan Iklim Terhadap Kesejahteraan Nelayan Tangkap Di Pesisir Kabupaten Batang*” oleh Amanda Sari Wahyuni Universitas Negeri Semarang 2019. Penelitian ini membahas bagaimana perubahan iklim dapat mempengaruhi kesejahteraan nelayan di pesisir Kabupaten Batang. Dari penelitian ini diketahui bahwa permasalahan yang dihadapi oleh nelayan terkait dampak perubahan iklim adalah penurunan hasil tangkapan terutama saat suhu permukaan air laut meningkat, meningkatnya intensitas curah hujan dan angin kencang. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu terdapat pada metode penelitian yang menggunakan kualitatif deskriptif. Perbedaan penelitian ini adalah terdapat pada pembahasan penelitian. Dalam penelitian ini membahas bagaimana dampak perubahan iklim mempengaruhi kesejahteraan nelayan, sedangkan penulis membahas terkait kesehatan mental.<sup>12</sup>

Penelitian ketiga berjudul “*Pengaruh Perubahan Iklim Terhadap Perilaku Petani Tembakau di Jember*” oleh Rokhani Universitas Terbuka pada tahun 2014. Penelitian ini membahas bagaimana perubahan iklim dapat berkorelasi terhadap perilaku seseorang. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fakta bahwa

---

<sup>11</sup>Susilawati, “Dampak Perubahan Iklim Terhadap Kesehatan”, *E-Journal Environmental Health and Disease Universitas Jambi*, Vol. 2 No. 1, 2021.

<sup>12</sup>Amanda Sari Wahyuni, Skripsi, “Dampak Perubahan Iklim Terhadap Kesejahteraan Nelayan Tangkap Di Pesisir Kabupaten Batang”, (Skripsi pada Universitas Negeri Semarang, 2019).

perubahan iklim yang melanda Indonesia banyak memberikan pengaruh kepada usaha tani. Penelitian ini mengkaji faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku petani terhadap risiko perubahan iklim dalam pengembangan usaha tani tembakau. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan analisis regresi linear berganda. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis, yaitu terletak pada pengaruh perubahan iklim terhadap masyarakat yang bersentuhan langsung dengan pertanian dan perikanan. Selain itu dalam penelitian juga sama-sama menguraikan dampak perubahan iklim terhadap psikologis masyarakat. Sedangkan perbedaannya yaitu terdapat pada dampak yang dicari, penelitian ini menekankan pada dampak perubahan iklim terhadap perilaku petani, sedangkan penulis konsen terhadap dampak perubahan iklim kepada kecemasan masyarakat pesisir.<sup>13</sup>

#### **F. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah suatu definisi yang diberikan kepada suatu variabel penelitian dengan cara memberikan arti dan dapat menjadi ukuran. Maka, untuk menghindari kesalahpahaman dan kekeliruan terhadap beberapa istilah yang dipakai dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan pengertian sebagai berikut:

1. Kecemasan diartikan sebagai firasat tentang situasi mengerikan yang akan terjadi dan bentuk emosi yang tidak menyenangkan dengan ditandai oleh istilah-istilah seperti kekhawatiran,

---

<sup>13</sup>Rokhani, "Pengaruh Perubahan Iklim Terhadap Perilaku Petani Tembakau di Jember", *Jurnal Matematika Sains dan Teknologi Universitas Terbuka*, Vol. 15 No. 1, 2014.

keprihatinan dan rasa takut yang kerap dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Pada dasarnya kecemasan adalah kondisi di mana psikologis seseorang penuh dengan rasa takut dan khawatir, hal itu cenderung terjadi pada hal yang belum pasti terjadi. Menurut American Psychological Association mendefinisikan kecemasan sebagai keadaan emosi yang muncul pada saat seseorang sedang stress. Kondisi tersebut ditandai dengan perasaan tegang, khawatir dengan disertai gejala fisik seperti jantung berdetak kencang, tekanan darah menaik dan gemetar pada bagian tubuh. Kecemasan juga diartikan sebagai perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Selain itu, rasa takut atau khawatir kronis pada tingkat yang ringan, ketakutan dan kekhawatiran yang kuat dan meluap-luap juga dapat diartikan sebagai gangguan kecemasan.<sup>14</sup>

2. Masyarakat adalah kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut suatu sistem adat istiadat tertentu yang bersifat kontinyu. Dalam hal ini manusia terikat oleh suatu identitas Bersama. Secara umum merupakan sekumpulan individu atau orang yang hidup bersama<sup>15</sup>. Dalam Bahasa Inggris, masyarakat disebut *society*, artinya adalah interaksi sosial. Masyarakat dapat diartikan sebagai suatu kenyataan yang objektif secara mandiri, bebas dari individu yang merupakan anggota-anggotanya,

---

<sup>14</sup>APA (American Psychological Association), *Stress in America*<sup>TM</sup> 2017: Technology and Social Media. Part 2. <https://www.apa.org/news/press/releases/stress>, diakses pada 24 November 2022, pukul 12.20 WIB

<sup>15</sup>S. Purwaningsih, "*Pranata Sosial dalam Kehidupan Masyarakat*" (Semarang: Alprin), 2020), h.25

masyarakat sebagai sekumpulan manusia yang hidup bersama, bercampur untuk waktu yang cukup lama, mereka sadar bahwa mereka merupakan suatu kesatuan dan mereka merupakan suatu system hidup bersama. Masyarakat memiliki struktur yang mengalami ketegangan organisasi maupun perkembangan karena adanya pertentangan antara kelompok-kelompok yang terpecah secara ekonomi.

3. Perubahan iklim adalah berubahnya iklim yang diakibatkan langsung atau tidak langsung, oleh aktivitas manusia yang menyebabkan perubahan komposisi atmosfer secara global serta perubahan variabilitas iklim alamiah yang teramati pada kurun waktu yang dibandingkan.<sup>16</sup> Perubahan iklim juga didefinisikan sebagai perubahan keadaan iklim yang dapat diidentifikasi (misalnya menggunakan uji statistic) dengan perubahan rata-rata dan atau variabilitas sifat-sifatnya, dan bertahan untuk waktu yang lama, biasanya beberapa dekade atau lebih.<sup>17</sup>
4. Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu yang membutuhkannya. Bantuan tersebut diberikan secara bertujuan, berencana, dan sistematis tanpa paksaan melainkan atas kesadaran individu tersebut. Bimbingan diberikan kepada individu agar ia dapat memahami dirinya, mengarahkan diri, dan kemudian merealisasikan dalam kehidupan nyata. Selain itu, bimbingan juga diberikan kepada individu untuk membantu tercapainya penyesuaian diri yang baik terhadap diri dan

---

<sup>16</sup> UU No. 31 Tahun 2009 tentang Meteorologi, Klimatologi dan Geofisika

<sup>17</sup> Intergovernmental Panel on Climate Change, <https://www.ipcc.ch/report/sixth-assessment-report-working-group-3/>, diakses pada 30 Okt 2022, pukul 17.20 WIB.

lingkungan rumah. Dengan bimbingan diharapkan individu dapat memilih dengan tepat dan cepat sesuai yang bermanfaat bagi dirinya, dengan mempertimbangkan nilai-nilai agama dan moral masyarakat.<sup>18</sup>

5. Konseling merupakan proses pemberian informasi secara jelas dan lengkap yang dilakukan secara terstruktur dengan paduan keterampilan interpersonal, teknik bimbingan dan penguasaan pengetahuan klinis bertujuan untuk membantu seseorang mengenali kondisi masalah yang sedang dihadapinya dan menentukan jalan keluar upaya untuk mengatasi masalah tersebut. Dalam proses konseling seorang klien akan diberikan bantuan dalam mengambil keputusan dan memecahkan masalah yang sedang dihadapinya, melalui pemahaman terhadap fakta yang terjadi, harapan, kebutuhan dan perasaan.<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup> Sopyan. S. Willis, *Konseling Individual: Teori dan Praktik*, (Bandung: Alfabeta Cv, 2014) h.12.

<sup>19</sup> Syafaruddin, dkk, *Bimbingan dan Konseling Perspektif Al-Quran dan Sains*, (Semarang: Perdana Mulya sarana, 2017), h.12.