

DESKRIPSI KECEMASAN PADA MASYARAKAT SUKU ALIFURU SEBAGAI DAMPAK DARI KONFLIK 1999 DI KOTA AMBON

DESCRIPTION OF ANXIETY IN THE ALIFURU TRIBE PEOPLE AS THE IMPACT OF THE 1999 CONFLICT IN THE CITY OF AMBON

Elyonae V Telehala¹, Desi^{1*}, Presly Glovrig Siahaya²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,

²Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pattimura

***Email:** desi.desi@uksw.edu

ABSTRAK

Kekerasan merupakan segala tindakan yang sengaja dilakukan menggunakan kekuatan fisik dan kekuasaan terhadap orang lain atau kelompok yang mengakibatkan cedera dan kerugian psikologis seperti kecemasan. Kecemasan juga bisa digambarkan sebagai perasaan takut yang tidak didukung oleh situasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan partisipan. Penelitian yang dilakukan ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif dengan jumlah partisipan yang ditentukan 5 orang berdasarkan kriteria inklusi berusia 30-35 tahun, pernah mengalami konflik di Kota Ambon, dan memiliki pengalaman kecemasan terhadap konflik 1999, penelitian ini telah dilakukan di Kota Ambon pada bulan April 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 5 partisipan memiliki beberapa gejala yang dirasakan ketika mengalami kecemasan yaitu jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, gelisah, ketakutan, was-was, *overthinking* dan gangguan pola tidur. Dari 5 partisipan, terdapat 3 partisipan yang kecemasannya berkaitan dengan konflik di Kota Ambon misalnya merasa takut dan was-was berada ditempat keramaian. Kesimpulannya bahwa pengalaman berada pada situasi kerusuhan memberikan trauma yang berdampak pada kondisi mental seseorang di masa mendatang, salah satunya kecemasan.

Kata Kunci: Kekerasan, Kecemasan, Konflik Ambon, Suku Alifuru, Trauma

ABSTRACT

Violence is any action that is intentionally carried out using physical strength and power against another person or group which results in injury and psychological harm such as anxiety. Anxiety can also be described as a feeling of fear that is not supported by the situation. This study aims to describe the level of anxiety of participants. This research used a qualitative method with a descriptive approach with the number of participants determined as 5 people based on inclusion criteria aged 30-35 years, having experienced conflict in Ambon City, and having experienced anxiety about the 1999 conflict. This research was conducted in Ambon City in April 2022. The results showed that 5 participants had several symptoms that they felt when experiencing anxiety, namely heart palpitations, sweaty palms, anxiety, fear, anxiety, overthinking and disturbed sleep patterns. Of the 5 participants, there were 3 participants whose anxiety was related to the conflict in Ambon City, for example feeling afraid and anxious about being in a crowded place. The conclusion is that the experience of being in a riot situation provides trauma that impacts a person's mental state in the future, one

of which is anxiety.

Keywords: *Violence, Anxiety, Ambon Conflict, Alifuru Tribe, Trauma*

Pendahuluan

Data yang terdapat dalam *Official Journal of The American Academy of Pediatrics* dengan judul *Global Prevalence of Past-year Violence Against: A Systematic Reviewer and Minimum Estimates*, (2016) mengatakan bahwa 50% atau diperkirakan lebih dari 1 milyar anak-anak di dunia berusia 2-17 tahun mengalami kekerasan fisik, seksual, emosional, dan penelentaraan di kawasan Afrika, Asia dan Amerika Utara mengalami kekerasan dalam satu tahun terakhir. Berdasarkan data dari POLDA Sumatera Barat pada tahun 2019, ditemukan angka kejadian kekerasan di Indonesia yang cukup tinggi, salah satunya di provinsi Sumatera Barat sendiri terdapat 461 kejadian kekerasan berupa fisik, psikis, kekerasan dalam rumah tangga dan pelecehan seksual yang terjadi selama kurun waktu 3 tahun terakhir (Andini, Arif, & Fernandes, 2020).

Dalam penelitian Duckworth (2013) yang berjudul *Mental Illness Facts and Numbers* mengatakan bahwa perkiraan kecemasan pada dewasa muda di Amerika adalah sekitar 18,1% atau sekitar 42 juta orang. Penelitian di Uganda, Afrika menyatakan prevalensi gangguan kecemasan sebesar 26,6%. Adapun di Indonesia dengan jumlah sebanyak 9.162.886 kasus (Riskesdas, 2018). Prevalensi dalam data Riskesdas terdapat gangguan kesehatan mental emosional yaitu kecemasan sebanyak 9,8%, tingginya peningkatan masalah kesehatan mental emosional berdasarkan kelompok umur untuk kategori tertinggi berada pada usia 65-75 tahun keatas sebanyak 28,6%, kemudian kelompok umur 55-64 tahun sebanyak 11% kemudian. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa kekerasan yang terjadi baik secara fisik maupun psikis dapat menimbulkan kecemasan pada seseorang dan tidak memandang batasan tertentu.

Kekerasan merupakan bentuk tindakan yang sengaja dilakukan menggunakan kekuatan fisik dan kekuasaan terhadap orang lain atau kelompok yang mengakibatkan cedera dan kerugian psikologis seperti kecemasan. Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak didukung oleh situasi, ketika merasa cemas individu merasa tidak nyaman atau mungkin memiliki firasat akan tertimpa malapetaka padahal ia tidak mengerti mengapa emosi yang mengancam tersebut terjadi (Amir, 2013). Kecemasan merupakan pengalaman emosi dan subjektif tanpa ada objek yang spesifik sehingga orang merasakan suatu perasaan was-was (khawatir) seolah-olah ada sesuatu yang buruk akan terjadi dan pada umumnya disertai gejala-gejala otonomik yang berlangsung beberapa waktu (Pieter, Janiwarti, & Saragih, 2011). Pendapat lain dikemukakan oleh Sarwono (2012) ia menjelaskan kecemasan merupakan rasa takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya.

Dampak dari seseorang yang mengalami kecemasan cenderung merasa khawatir, ketegangan, sulit tidur, kelelahan, sulit berkonsentrasi, gelisah, perubahan emosi, menurunnya, perubahan pada tingkah laku, menarik diri dari lingkungan (Alnazly, Khraisat, Al-Bashaireh, & Bryant, 2021). Terjadinya kecemasan pada seseorang bukan hanya mempengaruhi dirinya saja melainkan lingkungan sekitar individu tersebut, dimana seseorang itu mulai menarik diri atau menghindari aktivitas berinteraksi dengan orang sekitar sehingga terjadinya kesenjangan. Pada umumnya konflik diartikan sebagai saling bertentangan atau cekcok. Hampir semua konflik disebabkan oleh ketidakpahaman atau salah paham, selain itu konflik bisa terjadi karena kegagalan berkomunikasi antar pihak sehingga terjadi perbedaan dalam memahami suatu hal. Peristiwa terjadinya konflik biasanya menyisakan bekas-bekas

ingatan yang menjadi trauma bagi individu dari daerah tersebut.

Trauma merupakan bentuk gangguan kesakitan secara psikologis yang mengancam kehidupan individu karena dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup individu yang berupa intelektual, emosional dan perilaku. Seseorang yang mengalami trauma biasanya dalam kehidupannya mengalami kekerasan, ancaman baik secara individu ataupun massal (konflik seperti perang, bencana alam dan yang lainnya), ataupun pemerkosaan. Trauma dapat terjadi kepada siapapun tanpa melihat siapa individu tersebut (Baik ras, usia dan juga kapan waktu trauma itu datang). Banyak individu mengalami gangguan pasca trauma (Post Traumatik Disorder) setelah mengalami kejadian trauma tetapi tidak jarang gangguan pasca trauma dapat lebih lama dari yang biasanya terjadi, biasanya ada pemicunya.

Salah satu faktor kecemasan yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental yaitu terjadinya peperangan atau konflik di suatu wilayah atau daerah, salah satu wilayah yang pernah terdampak oleh sebuah konflik yaitu Kota Ambon. Kota Ambon merupakan salah satu daerah yang terletak di provinsi Maluku yang dikenal dengan suku aslinya Alifuru, konflik yang terjadi pada tahun 1999 diawali dengan pertikaian 2 orang pemuda. Konflik yang terjadi di Kota Ambon pada tahun 1999 ini berawal dari sebuah pertikaian antara 2 orang pemuda yang diketahui berlatar belakang agama Islam dan Kristen kemudian konflik ini berkembang menjadi konflik antara kedua agama tersebut, seiring berjalannya waktu konflik terus membesar hingga tindakan anarkis pun terjadi dengan kejadian terbakarnya sebuah Gereja tanpa sebab dan tidak ada tindakan pencegahan dari aparat keamanan (Bertrand, 2012). Terbakarnya Gereja tersebut tidak jauh dari lokasi sebuah Masjid, peristiwa perusakan Gereja itu menjadi sebuah pukulan bagi orang Kristen atas kejadian tersebut warga yang beragama Kristen membalas dengan membakar sebuah Masjid yang tidak jauh dari lokasi Gereja yang pernah dibakar itu.

Waktu terus berjalan namun tindakan anarkis tetap terjadi dimana-mana dengan pembakaran pusat pertokoan dan usaha milik orang hingga banyak yang mengungsi bahkan keluar dari Kota Ambon, akibat dari terjadinya konflik ini memberi dampak buruk terhadap masyarakat sekitar yaitu mengalami krisis ekonomi yang dimana masyarakat tidak dapat melakukan aktivitas perdagangan seperti biasanya mengakibatkan mereka kesulitan dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari seperti makan, serta masyarakat juga mengalami gangguan psikis dimana mereka takut dan cemas untuk keluar rumah atau berada ditengah keramaian (Klinken, 2007). Tujuan dari penelitian ini dilihat dari latarbelakangnya adalah melakukan penelitian untuk menjawab rumusan masalah, Bagaimana pengalaman kecemasan masyarakat Suku Alifuru pasca Kerusuhan 1999 di Kota Ambon serta bagaimana pengalaman kecemasan itu berdampak terhadap kehidupannya sehari-hari. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan pengalaman kecemasan masyarakat Suku Alifuru di Kota Ambon yang sempat merasakan dan menjalani konflik 1999.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengambilan data dilakukan menggunakan teknik wawancara mendalam menggunakan panduan wawancara, catatan lapangan dan alat perekam suara. Penentuan partisipan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi: Suku Alifuru, berusia 30-35, memiliki tingkat kecemasan sedang-berat saat diukur menggunakan *self administered questionnaire* tentang tingkat kecemasan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan/verifikasi, dengan kata lain ketika data telah diperoleh data tersebut akan direduksi dimana hanya bagian terpenting saja yang dipilih untuk dilakukan penyajian data bisa berupa teks

naratif atau dalam bentuk bagan kemudian akan dilakukan penarikan kesimpulan sebagai tahap akhir dari analisis. Penelitian ini telah dilakukan di Kota Ambon pada bulan April 2022.

Hasil dan Pembahasan

Profil Demografi Responden

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini merupakan masyarakat suku Alifuru yang terdiri dari 5 orang, berusia 30-35 tahun, pernah mengalami konflik 1999 di Kota Ambon, dan memiliki pengalaman kecemasan terhadap konflik 1999. Penelitian ini dilakukan di Kota Ambon pada bulan April 2022 dan ketika masa konflik itu terjadi partisipan berusia sekitar 9-14 tahun, pendidikan partisipan rata-rata menyandang gelar sarjana.

Respon Fisik Terhadap Kecemasan

Penelitian yang telah dilakukan peneliti memperoleh data dari 5 partisipan mengungkapkan beberapa gejala yang dirasakan ketika mengalami kecemasan yaitu jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, gelisah, *overthinking* dan gangguan pola tidur. Ketika mengalami kecemasan tentunya setiap individu akan mengalami beberapa gejala yang dirasakan dan itu sangat berpengaruh bahkan dapat mengganggu individu dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari. Menurut Papalia & Feldman (2014) dalam penelitiannya tentang *Menyelami Perkembangan Manusia* membahas tentang perkembangan anak menuju dewasa akan mengalami perubahan secara fisik, mental, psikososial dan kontrol diri. Pendapat lain juga dikemukakan oleh Van der Kolk dan Celano dalam (Irwanto dan Kumala, 2020) teorinya tentang *Memahami Trauma Dengan Perhatian Khusus Pada Kanak-Kanak* dikatakan bahwa pengalaman traumatis merupakan faktor resiko bagi perkembangan gejala pasca trauma dikemudian hari ketika individu menghadapi stressor traumatis berikutnya. Terkait dengan kecemasan yang dialami

partisipan ada beberapa gejala yang dirasakan oleh partisipan P1, P2, P3, P4 dan P5 yaitu seperti jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, gelisah, *overthinking* dan gangguan pola tidur. Hal ini diungkapkan oleh partisipan sebagai berikut :

“Seperti jantung berdebar, berkeringat dan ketika saya merasa cemas membuat saya tidak tenang bahkan pola tidur terganggu” (Partisipan P1, April 2022)

“Gejala yang dirasakan itu gelisah dan jantung berdebar” (Partisipan P2, April 2022)

“Salah satunya *overthinking* terhadap sesuatu yang tidak beres” (Partisipan P3, April 2022)

“Gelisah dan sulit berkonsentrasi” (Partisipan P4, April 2022)

“Biasanya jantung berdebar dan berkeringat terutama pada bagian telapak tangan dan terkadang juga saya sulit tidur” (Partisipan P5, April 2022)

Berkaitan dengan kecemasan, pastinya ada yang menjadi faktor pemicu munculnya rasa cemas pada setiap individu misalnya seperti faktor dari lingkungan sekitar dan kondisi psikologis individu tersebut. Hal ini juga diungkapkan oleh partisipan ketika wawancara berlangsung dari hasil wawancara menunjukkan bahwa 3 partisipan mengalami kecemasan dikarenakan mereka pernah mengalami konflik 1999 yang terjadi di Kota Ambon, yang menjadi pemicu partisipan mengalami kecemasan yaitu pada waktu konflik itu terjadi ledakan, masyarakat berlarian sambil memegang golok, tiang listrik yang dipukul dan teriakan ditengah keramaian, dimana partisipan merasakan sendiri dampak yang diakibatkan oleh kejadian konflik tersebut. Hal ini diungkapkan oleh partisipan P2, P3 dan P5 sebagai berikut:

“Iya sepertinya kecemasan yang saya alami berkaitan dengan konflik dulu, apalagi ketika mendengar suara ledakan, teriakan masyarakat, dan tempat yang ramai dikerumuni masyarakat seperti itu” (Partisipan P2, April 2022)

“Ya ada kaitannya tergantung kondisi sih misalnya dari lingkungan saya berada sedang terjadi sebuah masalah yang

menciptakan suasana ricuh seperti itu akan membuat saya kembali mengingat kejadian konflik waktu dulu yang pernah dialami, seperti melihat masyarakat berlarian ditengah keramaian sambil memegang golok, teriakan, dan juga ledakan” (Partisipan P3, April 2022)

“Saya rasa ada kaitannya, karna dulu saya pernah mengalami kerusuhan yang terjadi makanya ketika mendengar bunyi tiang listrik yang dipukul, suara seperti tembakan, dan ledakan pasti saya merasa cemas sehingga teringat kembali akan konflik yang pernah terjadi waktu itu” (Partisipan P5, April 2022)

Sedangkan 2 dari partisipan lainnya mengatakan kecemasan yang mereka alami tidak ada kaitannya dengan konflik 1999 yang pernah mereka alami. Hal ini diungkapkan oleh partisipan P1 dan P4, sebagai berikut:

“Sebagian besar tidak sih, kecemasan yang saya alami itu lebih ke murni dengan apa yang terjadi saat ini” (Partisipan P1, April 2022)

“Eee tidak, tidak tentu karena saya sebisa mungkin ingin menghilangkan trauma itu” (Partisipan P4, April 2022)

Dari data hasil wawancara yang telah diperoleh diatas dapat dilihat bahwa kecemasan yang dialami 5 responden tersebut tidak semuanya sama, ada responden yang mengalami rasa cemas berkaitan dengan pengalaman konflik 1999 di Kota Ambon yang pernah dialami dan ada juga responden yang mengalami rasa cemas namun tidak ada kaitannya dengan pengalaman konflik 1999 di Kota Ambon tersebut. Hal ini juga didukung dalam penelitian Alder dan Rodman (dalam M. Nur Ghufron & Rini Risnawita, S,2014:145-146) yang berjudul *Konsep Kecemasan* bahwa terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kecemasan yaitu pengalaman negatif di masa lalu dan pikiran yang tidak rasional.

Respon Mental dan Sosial Terhadap Kecemasan

Hasil wawancara yang diperoleh terdapat beberapa gejala mental/psikologis yang dialami 5 partisipan ketika

mengalami kecemasan yaitu panik, ketakutan dan gangguan pola tidur. Partisipan rata-rata mengalami rasa panik ketika mendengar bunyi ledakan/pentungan tanda bahaya karena saat mendengar bunyi tersebut partisipan kembali mengingat kejadian konflik tahun 1999 di Kota Ambon yang dimana konflik itu menimbulkan ledakan, kebakaran gedung dan fasilitas umum pada saat kejadian tersebut berlangsung. Partisipan P1 dan P3 mengalami ketakutan ketika mengunjungi tempat dengan tingkat keramaian yang cukup padat dengan alasan ketika berada ditempat ramai bisa saja terjadi sesuatu dan partisipan akan sulit untuk keluar menjauhi area keramaian tersebut. Hal ini diungkapkan oleh partisipan P1 dan P3 sebagai berikut:

“Saya merasa takut karena kadang membayangkan apabila ditempat ramai dan tiba-tiba terjadi ledakan seperti itu yang membuat saya sebisa mungkin menjauh dari tempat yang ramai soalnya dulu waktu kerusuhan itu tempatnya juga ramai dipenuhi banyak masyarakat” (Partisipan P1, April 2022)

“Karena yang terbayang saat melihat tempat ramai itu bisa saja terjadi sesuatu seperti perkelahian maupun bisa saja terjadi ledakan, posisinya kan ramai otomatis yang dipikiran saya pasti tidak bisa lari jika terjadi sesuatu” (Partisipan P3, April 2022)

Partisipan juga mengatakan bahwa ketika berada ditempat ramai membuatnya teringat waktu konflik 1999 terjadi dimana kejadian itu sangat ramai dan penuh dengan teriakan, ledakan, kebakaran dan korban yang tubuhnya dipenuhi dengan darah. Sedangkan partisipan P2 dan P5 mengatakan mereka lebih was-was ketika mengunjungi tempat yang ramai dengan alasan konflik yang dulu pernah terjadi juga ramai disertai dengan ledakan, bunyi tiang listrik yang dipukul dan masyarakat yang berlarian memegang golok. Hal ini diungkapkan oleh partisipan sebagai berikut:

“Untuk merasa takut ditempat keramaian sih tidak, mungkin lebih ke was-was” (Partisipan P2, April 2022)

“Merasa takut tidak, cuman lebih kearah

was-was saja begitu” (Partisipan P5, April 2022).

Berbeda dengan 4 partisipan sebelumnya, partisipan P4 mengatakan ia tidak merasa takut ketika berada di tempat yang ramai. Respon sosial merupakan salah satu dari dampak terjadinya sebuah konflik sehingga membuat diri seseorang yang mengalami konflik tersebut memiliki perubahan perilaku yang dapat mempengaruhi aktivitasnya sehari-hari. Dalam jurnal yang berjudul *Hubungan Antara Kontrol Diri dan Kecemasan Menghadapi Masa Pembebasan* dikatakan bahwa kemampuan mengontrol diri dapat membuat seseorang berperilaku lebih terarah dan dapat menyalurkan dorongan dalam diri secara benar agar tidak menyimpang dari norma masyarakat. Kontrol diri ini difokuskan pada menguatkan diri secara positif, menghukum diri, memanipulasi kondisi emosi, memonitor diri sehingga mampu mengontrol kecemasan yang terdiri dari sulit konsentrasi, tidak percaya pada kemampuan diri, sering memikirkan bahaya, gelisah dan khawatir (Imam, 2007). Tidak hanya itu, 2 partisipan yang mengalami gangguan pola tidur yaitu partisipan P3 dan P4 dikarenakan pengalaman konflik yang dialami, hal ini diungkapkan partisipan sebagai berikut:

“Waktu konflik itu sering sekali mendengar suara ledakan, ada warga yang berteriak kemudian bunyi tiang listrik yang dipukul hampir setiap hari bahkan sampai larut malam, hal itu membuat saya takut dan kalau tidur seringkali terbangun” (Partisipan P3, April 2022)

“Konflik itu membuat saya takut untuk tidur nyenyak, soalnya pernah waktu konflik pada malam hari mendengar bunyi ledakan di dekat daerah saya tinggal kemudian masyarakat memukul tiang listrik dan kami harus lari dan mengungsi ke rumah yang dekat dengan hutan” (Partisipan P5, April 2022).

Sedangkan 3 partisipan lainnya yaitu partisipan P1, P2 dan P5 mengatakan bahwa ketika mengalami kecemasan mereka tidak mengalami kesulitan untuk tidur. Dapat dikatakan bahwa ketika mengalami kecemasan setiap individu pasti

akan mengalami beberapa gejala yang dirasakan baik itu gejala secara fisik maupun mental/psikologis seperti jantung berdebar, telapak tangan berkeringat, perasaan was-was, gelisah, ketakutan, panik dan gangguan pola tidur. Gejala tersebut menandakan respon tubuh bekerja dengan baik sehingga memberikan rangsangan pada anggota tubuh lainnya dan itu termasuk hal yang wajar untuk dialami oleh setiap orang. Hal ini juga berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kholil Lur Rochman (2010:104) terkait *Hubungan Kecemasan Dengan Kesiapan Mengahapi Tahap Pensiun* dikatakan bahwa tanda dan gejala psikologis yang timbul ketika mengalami kecemasan yaitu rasa khawatir, panik, cemas, takut, gelisah, sulit berkonsentrasi, gangguan pola tidur, dan gangguan daya ingat.

Respon Budaya Terhadap Kecemasan

Dari penelitian yang dilakukan, peneliti memperoleh adanya respon budaya dari pasca konflik 1999 yang terjadi di Kota Ambon, pada kelima partisipan mereka mengutarakan beberapa pendapatnya sebagai anak daerah terkait konflik yang terjadi, hal ini diungkapkan sebagai berikut:

“Sebagai anak daerah, konflik itu dirasakan sebagai hal yang sebaiknya jangan terjadi lagi” (Partisipan P1, April 2022)

“Konflik ini sangat merusak tatanan hidup, untuk itu kedepannya harus mempererat tali persaudaraan yang biasa dikenal dengan pela gandong terutama pada komunitas yang berbeda agama” (Partisipan P2, April 2022)

“Kalau pendapat saya sih konflik seperti itu sebenarnya terpengaruh dari orang luar, pandangannya tuh dari konflik ini kita sebagai anak daerah harus lebih dewasa dalam menyikapi segala sesuatu persoalan jadi jangan telinga tipis untuk mendengar sesuatu langsung dengar bunyi tiang listrik langsung berpikir itu kerusuhan nah itu tidak boleh, kita harus menyaring informasi dengan baik kemudian kita mengambil langkah apa

yang tepat, ini lebih mendeskripsikan diri kita sendiri” (Partisipan P3, April 2022)

“Sebagai orang suku Alifuru sangat menyayangkan terjadinya konflik 1999 tapi kalau dipikir sisi positifnya yaitu lebih mendekatkan kami sebagai anak cucu Alifuru dalam mempertahankan hubungan pela gandong yang terdiri dari komunitas beda agama itu tapi yang kami inginkan kalau boleh jangan ada lagi yang mengingatkan kami tentang konflik ini biar kami berangsur-angsur pulih total dari trauma yang pernah kami alami” (Partisipan P4, April 2022)

“Konflik yang terjadi membuat perpecahan antara kedua agama yang saling bertikai yaitu Kristen dan Islam, saya harap hal tersebut tidak terjadi lagi di masa yang akan datang” (Partisipan P5, April 2022)

Budaya sendiri merupakan tradisi secara turun temurun yang dilestarikan dan dipertahankan sejak dahulu kala para nenek moyang kita sampai saat ini, dalam jurnal yang berjudul *Pengelolaan Kecemasan dan Ketidakpastian Dalam Komunikasi* dikatakan bahwa budaya dan segala nilainya menjadi acuan untuk menyatakan bahwa kejujuran itu benar lebih baik daripada ketidakjujuran dalam komunikasi (Ibrahim, 2017), ada pendapat lain juga dari jurnal yang berjudul *Budaya Lokal Maluku “Pela Gandong” Dalam Konteks Perilaku Organisasi* mengatakan bahwa dalam konteks budaya lokal masyarakat Maluku mempunyai tradisi “Pela Gandong” yang cukup mempengaruhi perilaku masyarakatnya. Pela sebagai pranata sosial masyarakat Maluku dapat memperlihatkan bagaimana leluhur masyarakat Maluku tanpa memandang atau mempertimbangkan perbedaan yang ada diantara mereka baik berupa perbedaan budaya, sosial maupun religi dan agama (Unepetty, 1996). Pela Gandong juga sebagai gambaran perserikatan antara satu negeri di Pulau Ambon dengan satu negeri lain di Pulau Lease dan Pulau Seram, perserikatan yang didasarkan pada hubungan sejati dengan isi dan tata laku perserikatan yang diatur dalam perjanjian baik lisan maupun tulisan, dimana para pihak berjanji untuk

tunduk kepada perjanjian dimaksud sebagai dasar hukum bagi implementasinya dari waktu ke waktu (Lokollo et al, 1997).

Kesimpulan

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa pengalaman berada pada situasi kerusuhan memberikan trauma yang berdampak pada kondisi mental seseorang di masa mendatang, salah satunya kecemasan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diberikan poin penting bahwa dalam penanganan kecemasan harus diberikan perhatian khusus dari pihak keluarga, kerabat dan tenaga medis yang ahli dalam bidang kejiwaan untuk menangani pengalaman traumatis yang terjadi pada seseorang. Selain itu, disarankan agar penelitian ini dapat menjadi tolak ukur sebagai tambahan pembelajaran terkait dengan pengenalan metode *healing post traumatic event*.

Daftar Pustaka

- Alnazly, E., Khraisat, O. M., Al-Bashaireh, A. M., Bryant, C. L. (2021). Anxiety, depression, stress, fear and social support during COVID-19 pandemic among Jordanian healthcare workers. *PLOS ONE* 16(3): e0247679. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247679>
- Amir, N. (2012). Pengembangan alat ukur kecemasan olahraga. *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 16(1), 325-347. <https://doi.org/10.21831/pep.v16i1.1120>
- Andini, F. T., Arif, Y., & Fernandes, F. (2020). Edukasi kesehatan jiwa yang dibutuhkan anak korban kekerasan dengan post traumatic stress

- disorder di Sumatera Barat. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 469-476. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.4.2020.469-476>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93-99. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ardianto, M. (2013). Kecemasan pada pemain futsal dalam menghadapi turnamen. *EMPATHY: Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(1), 5-10.
- Bertrand, J. (2012). *Nasionalisme dan konflik etnis di Indonesia*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Duckworth, K. (2013). *Mental illness facts and numbers*. Arlington, VA: National Alliance on Mental Illness.
- Eka, N. (2016). *Manajemen emosi: Sebuah panduan cerdas bagaimana mengelola emosi positif dalam hidup anda*. Bumi Aksara.
- Ester, M. (2012). Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. EGC.
- Hayat, A. (2014). Kecemasan dan metode pengendaliannya. *Khazanah: Jurnal Studi Islam dan Humaniora*, 12(1), 52-63. <http://dx.doi.org/10.18592/khazanah.v12i1.301>
- Hillis, S., Mercy, J., Amobi, A., & Kress, H. (2016). Global prevalence of past-year violence against children: a systematic review and minimum estimates. *Pediatrics*, 137(3).10.1542/peds.2015-4079
- Irwanto, H. K., & Kumala, H. (2020). Memahami Trauma: Dengan perhatian khusus pada masa kanak-kanak. *Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama*.
- Jaeschke, K., Hanna, F., Ali, S., Chowdhary, N., Dua, T., & Charlson, F. (2021). Global estimates of service coverage for severe mental disorders: findings from the WHO Mental Health Atlas 2017. *Global Mental Health*, 8.10.1017/gmh.2021.19
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). Menyelami perkembangan manusia. *Jakarta: Salemba Humanika*, 20154.
- Pieter, H. Z., Psi, S., Janiwarti, B., Psi, S., & Saragih, N. M. (2011). *Pengantar psikopatologi untuk keperawatan*. Kencana.
- Rochman, K. L., & Rohmad. (2010). *Kesehatan mental*. Stain Purwokerto Press.
- Suratmi, S., Abdullah, R., & Taufik, M. (2017). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil belajar mahasiswa diprogram studi pendidikan biologi UNTIRTA. *Jurnal Pembelajaran Biologi: Kajian Biologi dan Pembelajarannya*, 4(1), 71-76. <https://doi.org/10.36706/fpbio.v4i1.4952>
- Stuart, G. W. (2013). Principle and practice of psychiatric nursing 10th edition, China: *Mosby, an imprint Elsevier*, 834.
- Van Klinken, G. A. (2007). *Perang kota kecil: kekerasan komunal dan demokratisasi di Indonesia*. Yayasan Obor Indonesia. <http://dx.doi.org/10.17510/wjhi.v11i2.170>
- Wirawan, S., (2012). Pengantar Psikologi Umum. *Jakarta: Rajawali Pers*.
- Yusuf, S. (2009). Mental Hygiene: Terapi Psikopiritual untuk Hidup Sehat Berkualitas. *Bandung: Maestro*.