

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Persyaratan dasar tubuh, psikologis, dan sosial selalu ada pada setiap manusia. Hal serupa juga terjadi pada para nelayan. Konflik dan ketegangan internal nelayan merupakan prasyarat bagi berkembangnya kesehatan mental dan kesehatan mental seseorang. Beberapa orang yang kurang bisa menemukan kebahagiaan karena tidak bisa menyesuaikan diri, cenderung tertutup, lebih suka menyendiri, dan kurang percaya diri. Orang yang memanfaatkan agama sebagai mekanisme coping dan memiliki tingkat spiritualitas atau religiusitas yang rendah biasanya akan lebih mudah gelisah dan cepat gelisah ketika dihadapkan pada permasalahannya. (Sulistiyani, Supradewi, & Syafitri, 2019)

Tidak dapat dipungkiri hampir semua orang dalam kehidupannya pernah mengalami gangguan coping religius, misalnya stres dalam pekerjaan, cemas dalam kehidupan, takut dalam bekerja. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa stress bisa menyerang berbagai lapisan masyarakat, termasuk pekerja. Hasil survey Yayasan Pendidikan dan Pembinaan Manajemen (PPM) pada pekerja yang dilakukan di pulau Jawa pada juni 2020 menunjukkan bahwa 80% pekerja mengalami stress (Maziyya, Islam, & Nisa, 2021).

Stres merupakan respon tubuh terhadap keadaan yang mungkin menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosional, dan ketidakseimbangan antara tuntutan tubuh dan pikiran. Secara umum, ada empat tingkat stres yang berbeda: ringan, sedang, berat, dan sangat berat. Di Kabupaten Sumenep berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terdahulu pada 30 masyarakat, dimana 15 masyarakat yang

mengalami stress ringan, 9 stres sedang, dan 6 stres berat. Data tersebut diambil dari masyarakat yang pekerjaannya sebagai nelayan. Penyebab dari stres tersebut selain karena faktor risiko bahaya sebagai pekerja nelayan dan kurangnya pemasukan ekonomi terhadap perubahan adaptasi lingkungan sangat berpengaruh pada stres yang terjadi (Anwar, 2020)

Menjadi nelayan merupakan salah satu pekerjaan yang memiliki tingkat gangguan koping agama yang paling tinggi. Karena memancing adalah salah satu pekerjaan yang selalu membahayakan nyawa dan menuntut fisik, maka memancing adalah salah satu pekerjaan yang menimbulkan masalah penanggulangan yang paling religius. Serupa dengan nelayan di kabupaten Sumenep (Anwar, 2020).

Nelayan Desa Ambunten Timur masih mempunyai taraf hidup yang relatif rendah, terutama pada musim paceklik ketika ikan di laut sangat sedikit. Saat ini merupakan masa yang sangat sulit dalam setahun, karena mereka harus melupakan istirahat malam mereka untuk pergi memancing, dan mereka harus menghabiskan setidaknya dua hari jauh dari keluarga mereka untuk memenuhi kebutuhan lain dan hasil jerih payah mereka. (Aryanti, 2019). Kurangnya akses ke pasar, sumber keuangan, teknologi, dan keterlibatan masyarakat dalam pengelolaan sumber daya merupakan penyebab utama kemiskinan di kalangan nelayan. Faktor lainnya adalah persepsi keterbatasan sumber daya alam dan kurangnya infrastruktur untuk pembangunan. Malnutrisi sebagian besar disebabkan oleh kemiskinan, yang berdampak signifikan pada konsumsi makanan (Fatmawati, Hermanto, & Kurdi, 2020).

Karena nelayan di Desa Ambunten Timur sebagian besar adalah laki-laki beristri yang menjadi kepala keluarga, maka dari hasil wawancara dengan beberapa warga masyarakat yang berprofesi sebagai nelayan, mereka melakukan pekerjaan tersebut karena mempunyai mata pencaharian. Berdasarkan hasil wawancara, 10 dari 20 nelayan

menyatakan bahwa salah satu alasan masyarakat yang berprofesi sebagai nelayan harus mencari pekerjaan adalah sulitnya mendapatkan pekerjaan yang memerlukan tingkat pendidikan yang tinggi. Menurut ketiga nelayan lainnya, ada banyak faktor yang menjadi motivasi warga Desa Ambunten Timur menekuni karir sebagai nelayan.

Meskipun bisa dikatakan bahwa menjadi nelayan menghasilkan pendapatan yang sangat tinggi dibandingkan dengan pekerjaan lainnya, namun mereka tetap merasa senang dan bersyukur atas apa yang telah mereka lakukan selama ini dalam memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan mereka mengatakan bahwa mereka dan keluarga tetap bersyukur dan senang atas apa yang telah mereka peroleh dari usaha penangkapan ikan mereka. Sebab, mereka mampu menghidupi keluarga dan memenuhi kebutuhannya berkat hasil jerih payahnya. Perasaan bahagia juga ia sampaikan ketika menceritakan betapa dirinya selalu bersemangat dalam bekerja, selalu merasa puas dengan hasil usahanya, dan bangga menjadi seorang nelayan karena tidak semua orang bercita-cita dan bisa menjadi seorang nelayan.. Rasa aman, kesucilaan, dan ketenteraman dalam rumah tangga dan masyarakat, serta kehidupan yang teratur merupakan ciri-ciri kesejahteraan. Ciri-ciri tersebut memungkinkan setiap warga negara berusaha semaksimal mungkin untuk memenuhi kebutuhan jasmani, rohani, dan sosialnya. Melindungi hak asasi manusia bagi diri sendiri, keluarga, dan masyarakat (Husna, 2019).

Meski permasalahan ini sering muncul dalam kehidupan para nelayan di Desa Ambunten Timur, namun mereka tetap mensyukuri nikmat Allah SWT dengan meyakini bahwa agama ada baik dalam kehidupan mereka sendiri maupun dalam kehidupan nelayan dan keluarganya. Pendapat dan penilaian para nelayan ini berbicara mengenai kesejahteraan subjektif yang akan dicapai, dan terbukti bahwa kesejahteraan subjektif sangat mempengaruhi kehidupan seseorang dengan cara yang menguntungkan.

Religious coping memainkan pengaruh penting dalam menurunkan tingkat kecemasan, ketakutan, dan stres orang. Stres sering dikaitkan dengan hal-hal yang tidak menyenangkan seperti hal-hal buruk yaitu seperti kesedihan, kecemasan, dan masalah fisik, dimana Perasaan tersebut merupakan bagian dari dampak negatifnya. Menurut penjelasan Diener bahwa emosi tertentu seperti kecemasan, kesedihan, rasa bersalah, dan perasaan tidak menyenangkan lainnya membentuk pengaruh negatif. (Diener, Lucas, & Oishi, 2018). Informasi di atas menunjukkan pentingnya coping keagamaan untuk kesejahteraan subjektif. Dalam penelitian ini gagasan Parlemen menyatakan bahwa coping keagamaan yang positif adalah hubungan spiritual dan dukungan spiritual yang menjadi salah satu strategi dalam penyelesaian masalah. Pola coping religius positif ini lebih relevan dengan konsep religius (Supradewi, 2019). Dalam hal bagaimana mengubah hubungan antara stres dan kesehatan mental *religious coping* telah dipahami sebagai moderator, mediator, dan pengukur hubungan antara *religijs* dan kesehatan mental di bawah tekanan. Penelitian Pargament, tentang hubungan antara agama dan metode *coping* mempelajari metode orang beragama yang memiliki mekanisme coping akan mampu mengatasi stres atau depresi dalam hidupnya. (Saputro, Nashori, & Sulistyarini, 2021).

Sekalipun pendapatannya lebih rendah dibandingkan mayoritas masyarakat yang bukan nelayan dan hidup kelas menengah ke atas, namun nelayan di Desa Ambunten Timur dapat dianggap memiliki kesejahteraan subjektif yang baik dengan istilah kebahagiaan. Mereka yang berprofesi sebagai nelayan merasa puas dengan penghasilannya karena bisa menutupi pengeluaran sehari-hari. Tentu saja ada permasalahan dalam menjadi nelayan, termasuk kurangnya peralatan yang memadai untuk menangkap ikan, kerusakan lingkungan, dan dampak perubahan iklim, yang mempersulit nelayan untuk memprediksi musim penangkapan ikan karena cuaca yang

tidak menentu, membahayakan stabilitas sosial dan ekosistem. . perekonomian lokal (Aryanti, 2019).

Dalam literatur psikologi, frasa “kesejahteraan subjektif” sering digunakan secara bergantian dengan “kebahagiaan”. Kesejahteraan subjektif lebih sering digantikan dengan kata kebahagiaan. Seperti yang diungkapkan oleh Das et al., (2020) Penilaian kognitif dan emosional seseorang terhadap kehidupannya sendiri dikenal sebagai kesejahteraan subjektif. Ketika melakukan suatu aktivitas yang menarik atau menyenangkan, seseorang dengan kesejahteraan subjektif yang melimpah akan merasa sangat nyaman dan hanya sedikit gelisah atau tidak nyaman. Mereka juga akan merasakan banyak kesenangan dan sedikit rasa sakit, serta rasa kepuasan dalam hidup. Ikhwanisifa & Raudatussalimah (2022) menetapkan bahwa kombinasi pengaruh positif yang tinggi, pengaruh negatif yang rendah, dan kepuasan hidup secara keseluruhan merupakan kesejahteraan subjektif.

Afek positif mengacu pada respon positif yang bermanifestasi sebagai emosi yang menyenangkan, kepuasan hidup, keceriaan, dan tanda-tanda kegembiraan, sedangkan “afek negatif” bermanifestasi sebagai adanya gejala yang tidak menyenangkan seperti ketegangan, kemarahan, ketakutan, melankolis, dan sebagainya. seterusnya. Menurut penjelasan di atas, kesejahteraan subjektif diartikan sebagai penilaian individu terhadap hidupnya berdasarkan dua faktor penilaian, yaitu aspek afektif positif dan kognitif dalam hidupnya, yang ditunjukkan dengan cara ia menilai fakta atau pengalaman yang positif dalam hidupnya. hidupnya. Dalam hal ini, dapat dikatakan bahwa nelayan di Kepulauan Meranti menikmati tingkat kesejahteraan subjektif yang tinggi karena mereka terus merasa puas dengan kehidupan mereka dan menilai kualitas hidup mereka. (Juliantika, 2022).

Kebahagiaan subjektif dipengaruhi oleh sejumlah elemen, antara lain kepribadian, tujuan, coping, kesehatan, stres, konflik, usia, IQ, jenis kelamin, status perkawinan, serta coping agama dan agama. Agama merupakan salah satu dari banyak elemen yang berkontribusi terhadap peningkatan kesenangan subjektif atau kesejahteraan hidup yang dirasakan seseorang. (Juliantika, 2022). Manusia perlu belajar lebih banyak tentang agama, tidak hanya sebagai sumber daya tetapi juga sebagai sarana untuk lebih memahami diri sendiri dan memperkuat keyakinan mereka tentang hubungan antara agama, kesejahteraan, dan kesehatan.. Kenyataannya, tidak semua orang mengalami gejala depresi seperti menarik diri, mudah menyerah, merasa gagal, atau ingin bunuh diri ketika kehilangan uang atau keluarga, beberapa orang memiliki tingkat religiusitas yang tinggi dan berpikir bahwa apa yang mereka miliki hanya bersifat sementara dan tidak akan dikelola sampai saat kematian sehingga mereka dapat mengalami kesejahteraan *subjektif* mereka (Dania & Nadhilah, 2021). Berdasarkan uraian dan hasil studi pendahuluan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Religius Koping Dengan Subjektif Well Being Komunitas Nelayan Di Kabupaten Sumenep Kecamatan Ambunten Timur”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini bagaimana hubungan *religius coping* dengan *Subjektif Well-being* komunitas nelayan di Kabupaten Sumenep.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan *religious coping* dengan *subjective well-being* pada nelayan di Kabupaten Sumenep.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Identifikasi tingkat *Religious coping* pada nelayan di Kabupaten Sumenep
2. Identifikasi tingkat *Subjective well-being* pada nelayan di Kabupaten Sumenep
3. Menganalisis hubungan *Religious coping* dengan *Subjective well-being* pada nelayan di Kabupaten Sumenep

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu refresi khususnya berkaitan dengan *religious coping* dan *subjective well-being* pada nelayan.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi peningkatan kesejahteraan nelayan di Kabupaten Sumenep.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengidentifikasi variabel-variabel yang mengendalikan tingkat stres yang dialami nelayan Indonesia khususnya di Kabupaten Sumenep agar lebih mudah dalam mengelola stres di kemudian hari.

1.5 Keaslian Penelitian

1.5.1. Keaslian penelitian

1. Pada penelitian Andi Tenri Novita “Pengaruh *Subjective Wellbeing* dan *Religious Coping* Terhadap Stress Pada Polisi Cerdas Di Polda Banten” bertujuan untuk mengetahui pengaruh dimensi *Subjective Wellbeing* dan *Religious Coping* terhadap

Stress Pada Polisi Cerdas. Penelitian ini menggunakan variabel pengaruh positif, pengaruh negatif, kepuasan hidup dengan jumlah anggota penelitian 256 orang. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan secara bersama-sama dimensi kesejahteraan subjektif dan *coping religius* terhadap stres pada anggota ($r^2=0,418$), $sig=0,000$)

2. Pada penelitian Dwi Astutik (2019) yang berjudul “Hubungannya sama dengan kesejahteraan psikologis lansia dalam kedewasaan sanawetan kota blitar” bertujuan untuk mengetahui hubungan kesetaraan dengan kesejahteraan psikologis lansia, permasalahan kesetaraan fenomenal kesetaraan ini sangat penting karena kesetaraan dapat berdampak pada kualitas hidup. Penelitian ini menggunakan desain korelasional. Penelitian ini melibatkan 152 responden dan sampel menggunakan random cluster sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner skala soliter UCLA
vetion 3. Uji korelasi statistik spearman rho dengan signifikansi $p < 0,05$ menunjukkan hasil $p = 0,000$ $r = 0,864$ hal ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan kesejahteraan psikologis. Berbeda dengan penelitian Dwi Astutik yang mengkaji variabel kehati-hatian dan waktu, Dwi astutik (2019) menyelidiki kesejahteraan psikologis individu, individu yang merasa kesepian akan menurunkan tingkat kesejahteraan dan kebahagiaannya.
3. Penelitian Fitria & Setiowati (2019), yang berjudul “Hubungan Antara Koping Religius Dengan Kesejahteraan Subjektif Pada Penderita Gagal Ginjal Yang Melakukan Cuci Darah (Hemodialisa)”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara koping religius dengan kesejahteraan subjektif pada penderita gagal ginjal yang melakukan cuci darah (Hemodialisa)

dengan 36 pasien hemodialisis dalam sampel secara keseluruhan. Metode korelasi Product Moment Pearson digunakan untuk menganalisis data, menghasilkan $r_{xy} = 0,022$ pada tingkat signifikansi $0,897$ ($p > 0,05$). Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa pada pasien gagal ginjal cuci darah (hemodialisis) tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan subjektif dengan coping keagamaan.

4. Penelitian Kamaliyah, Purwaningsih, & Ballerina (2020), yang berjudul “Coping Religius Kaitannya Dengan Subjective Well-Being Santri Pondok Pesantren”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hipotesis bahwa coping religius dan kesejahteraan subjektif ada hubungannya. Hipotesis penelitian adalah kesejahteraan subjektif santri dan kemampuan menghadapi agamanya berkorelasi positif. 142 siswa menjadi partisipan penelitian, dan pendekatan korelasi product moment merupakan metode analisis data yang digunakan untuk mengevaluasi hipotesis. SPSS versi 16.0 untuk Windows digunakan untuk melakukan analisis. Koefisien korelasi (r) sebesar $0,639$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) ditemukan dari temuan uji statistik. Hal ini menunjukkan bahwa coping keagamaan dan kesejahteraan subjektif berkorelasi positif secara signifikan.
5. Penelitian Ikhwanisifa & Raudatussalamah (2022), yang berjudul “Peran Religious Coping dan Tawakal Untuk Meningkatkan Subjective Wellbeing Pada Masyarakat Melayu”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana tawakkal dan religius coping dapat mempengaruhi kesejahteraan subjektif penduduk Melayu. Penelitian ini melibatkan 161 petani Melayu dari Kecamatan Bukit Batu, Kabupaten Bengkalis. Temuan analisis menunjukkan adanya hubungan antara kesejahteraan subjektif dengan coping religius dan

tawakal, dengan nilai (F) sebesar 4,046 dan nilai (p) sebesar 0,019 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, orang yang mampu memegang keyakinan teguh terhadap agama dan Tuhan, serta menunjukkan sikap pasrah terhadap tantangan hidup, dianggap memiliki kesejahteraan subjektif.