

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KECEMASAN GURU DI DAERAH RAWAN BANJIR KELURAHAN LEMPAKE SAMARINDA

Nadila Rahmawati^{1*}, Dwi Rahmah Fitriani², Arief Budiman³

S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur^{1,2,3}

*Corresponding Author : 2211102411046@umkt.ac.id

ABSTRAK

Bencana banjir sering terjadi di Indonesia dan memberikan dampak tidak hanya pada aspek fisik dan material, tetapi juga pada kesehatan mental, termasuk pada guru yang bekerja di daerah rawan banjir. Data BNPB tahun 2025 menunjukkan Indeks Risiko Bencana Banjir tahun 2024, Kota Samarinda termasuk dalam kategori risiko tinggi dengan skor 14,59. Guru di Kelurahan Lempake Samarinda menghadapi tekanan psikologis akibat ancaman banjir yang berulang, sehingga berpotensi menimbulkan kecemasan dalam menjalankan peran profesionalnya. Tujuan dilaksanakannya penelitian ini yaitu melihat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat kecemasan guru di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda. Desain kuantitatif korelasional diimplementasikan pada kajian ini melalui pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian mencakup semua guru yang bekerja di sekolah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda dengan sampel sejumlah 167 responden yang diambil melalui penggunaan teknik *total sampling*. Variabel penelitian meliputi dukungan sosial dan kecemasan, yang diukur menggunakan instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *State Anxiety Inventory* (SAI). Analisis data bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi Gamma. Hasil penelitian mendapati hubungan dukungan sosial dengan kecemasan guru secara signifikan ($p = 0,008$) dengan arah hubungan negatif dan kekuatan sedang ($r = -0,455$), yang membuktikan bahwasanya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima guru, maka tingkat kecemasan cenderung semakin rendah. Simpulan penelitian ini menegaskan bahwasanya dukungan sosial memegang peran sebagai faktor protektif dalam menurunkan kecemasan guru di daerah rawan banjir.

Kata kunci : banjir, dukungan sosial, guru, kecemasan

ABSTRACT

Flood disasters frequently occur in Indonesia and have impacts not only on physical and material aspects but also on mental health, including teachers who work in flood-prone areas. Data from the Badan Nasional Penanggulangan Bencana (2025) show that based on the 2024 Flood Disaster Risk Index, Samarinda is categorized as a high-risk area with a score of 14.59. Teachers in Lempake Subdistrict, Samarinda, experience psychological pressure due to recurrent flood threats, which may lead to anxiety in carrying out their professional roles. This study aimed to examine the relationship between social support and anxiety levels among teachers working in flood-prone areas of Lempake Subdistrict, Samarinda. This study employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of all teachers working in flood-prone schools in Lempake Subdistrict, with a total sample of 167 respondents selected using a total sampling technique. The research variables included social support and anxiety, which were measured using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the State Anxiety Inventory (SAI). Bivariate data analysis was conducted using the Gamma correlation test. The results showed a significant relationship between social support and teacher anxiety ($p = 0.008$) with a negative direction and moderate strength ($r = -0.455$), indicating that higher levels of social support were associated with lower anxiety levels. In conclusion, social support plays a protective role in reducing anxiety among teachers working in flood-prone areas.

Keywords : anxiety, flood, social support, teachers

PENDAHULUAN

Bencana alam merupakan peristiwa yang tak bisa dihindari dan berpotensi menimbulkan gangguan serius terhadap kehidupan manusia. *United Nations Office for Disaster Risk*

Reduction (UNDRR) mendefinisikan bencana sebagai terganggunya fungsi suatu komunitas atau masyarakat akibat interaksi antara ancaman, tingkat kerentanan, dan kapasitas yang dimiliki, sehingga menimbulkan kerugian baik secara material, ekonomi, lingkungan, maupun korban jiwa (UNDRR, 2017). Bencana alam masih menjadi permasalahan global, di mana sepanjang tahun 2023 tercatat sebanyak 321 kejadian bencana di 118 negara, dengan banjir sebagai jenis bencana yang paling banyak terjadi yaitu sebanyak 163 kejadian atau sekitar 50,77% dari total bencana (UNDRR, 2023). Berdasarkan *World Risk Report*, Indonesia tergolong sebagai negara yang mempunyai tingkat risiko bencana tinggi dan menempati peringkat kedua dari 193 negara di dunia (World Risk Report, 2024). Indonesia termasuk sebagai negara yang rawan banyak jenis bencana alam, salah satunya adalah banjir. Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana memaparkan bahwasanya banjir adalah suatu kejadian terendamnya wilayah yang diakibatkan meningkatnya volume air yang dapat mengganggu dan mengancam kehidupan masyarakat (Pemerintah Republik Indonesia, 2007). Data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) mengatakan bahwasanya pada tahun 2024 terjadi 3.472 kejadian bencana di Indonesia, dengan bencana hidrometeorologi yang mendominasi, dengan banjir sebagai kejadian terbanyak yaitu sebanyak 1.420 kejadian (BNPB, 2024).

Provinsi Kalimantan Timur merupakan salah satu wilayah dengan kejadian banjir yang cukup tinggi. Berdasarkan Indeks Risiko Bencana Banjir tahun 2024, Kota Samarinda termasuk dalam kategori risiko tinggi dengan skor 14,59 (BNPB, 2025). Salah satu wilayah yang sering terdampak banjir di Kota Samarinda adalah Kelurahan Lempake, Kecamatan Samarinda Utara. Wilayah ini berada di sekitar Daerah Aliran Sungai (DAS) Lempake dan Waduk Benanga Lempake yang berfungsi sebagai pengendali banjir. Namun, meningkatnya Tinggi Muka Air (TMA) waduk, terutama saat hujan deras di wilayah hulu, berpotensi menyebabkan luapan air yang meningkatkan risiko banjir di kawasan sekitar Sungai Karang Mumus (Mediakaltim, 2025).

Sekolah-sekolah di wilayah Kelurahan Lempake seperti SDN 001, SDN 002, SDN 013, SDN 015, SDN 025, SMPN 13, dan SMKN 18 Samarinda Utara dilaporkan sering terdampak banjir, yang mengakibatkan terganggunya aktivitas belajar mengajar dan mengancam keselamatan warga sekolah. Dalam situasi tersebut, guru memegang peran yang sangat penting sebagai pendidik sekaligus pendukung emosional bagi siswa. Anak-anak termasuk kelompok rentan dalam situasi bencana dan memerlukan pendampingan serta dukungan emosional yang memadai (Pemerintah Republik Indonesia, 2007). Guru tidak hanya bertanggung jawab memastikan proses pembelajaran tetap berlangsung, tetapi juga berperan dalam mendukung psikososial dengan menciptakan rasa aman, stabil, dan tenang bagi siswa (Parrott et al., 2025). Selain itu, Guru yang bekerja di daerah rawan banjir juga menghadapi tekanan psikologis yang cukup besar. Kekhawatiran terhadap keselamatan siswa, kondisi lingkungan sekolah, keterbatasan sumber daya, serta ketidakpastian akibat banjir yang berulang dapat memicu munculnya kecemasan. Kecemasan pada guru dapat berdampak negatif terhadap kualitas pembelajaran dan efektivitas peran mereka dalam mendukung perkembangan siswa (Setiawan, 2021). Guru di wilayah terdampak bencana iklim juga dilaporkan lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang dapat menurunkan kinerja dan kesejahteraan mental mereka (Akpan et al., 2025).

Faktor yang memegang peran krusial untuk membantu individu menghadapi tekanan psikologis akibat bencana, salah satunya yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial yang terdiri atas bantuan emosional, informasional, dan instrumental yang diperoleh individu dari keluarga, teman, rekan kerja, maupun lingkungan sekitar (Sarafino, E. P., & Smith, 2020). Dukungan sosial mempunyai peran ganda yaitu sebagai sumber kekuatan psikologis guna menghadapi stres, dan sebagai bantuan praktis guna meringankan beban kerja dan kehidupan sehari-hari. (Javadian et al., 2024). Individu yang mendapat dukungan dari keluarga, teman, dan

lingkungan sekitar cenderung merasa lebih aman, diperhatikan, serta tidak menghadapi ancaman bencana secara sendirian (Setiawicaksana & Fitriani, 2021). Menurut Cobb, dukungan sosial difungsikan menjadi faktor protektif yang dapat bertindak sebagai penyangga stres, sehingga mampu menurunkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan (Cobb, 2021). Individu yang menerima dukungan sosial yang memadai cenderung mempunyai kondisi psikologis yang lebih stabil dalam menghadapi situasi yang memunculkan tekanan (Budiman et al., 2023). Individu dengan dukungan sosial yang memadai biasanya lebih mampu beradaptasi dan menghadapi situasi sulit dibandingkan mereka yang kurang mendapatkan dukungan (Rismelina, 2020). Dukungan sosial berperan krusial dalam menjaga kesehatan mental korban banjir, terutama dalam meminimalisir tekanan psikologis dan gangguan emosional yang muncul akibat bencana (Hasibuan, 2025). Dukungan sosial yang memadai membantu individu menjadi lebih kuat menghadapi masalah, sehingga risiko dampak negatif pada aktivitas kehidupan dapat diminimalkan (Aulia et al., 2024).

Meskipun demikian, dampak psikologis seperti kecemasan tetap menjadi masalah serius pada korban bencana, termasuk guru. Pada korban bencana, kecemasan sering kali bersumber dari ancaman berulang dan rasa tidak berdaya dalam menghadapi situasi tersebut. Penelitian oleh Borah dan Saikia, mengungkap jika paparan banjir yang terjadi secara berulang memberikan dampak serius pada kesehatan mental masyarakat, di mana risiko mengalami kecemasan meningkat secara substansial, terutama pada kelompok yang mengalami kerugian materi dan kehilangan tempat tinggal. (Borah & Saikia, 2025). Temuan tersebut selaras dengan penelitian yang melaporkan jika paparan berulang pada banjir berkontribusi pada peningkatan prevalensi gangguan psikologis, termasuk kecemasan (Carter et al., 2025). Berdasarkan Teori Kecemasan menurut Spielberger, pada konsep *state anxiety*. Spielberger menjabarkan jika *state anxiety* adalah kecemasan sementara yang muncul sebagai respons pada situasi tertentu yang dipandang sebagai mengancam (Spielberger, 2021). Stress dan kecemasan dapat muncul sebagai respons pada tuntutan situasional yang menekan. Namun, tingkat kecemasan yang dialami individu sangat dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi pada situasi yang dihadapi (Budiman, Surya, et al., 2025). Berdasarkan pada Teori *Coping* dari Lazarus & Folkman, teori ini menyatakan jika respons individu pada stres dipengaruhi oleh penilaian kognitif serta sumber daya yang dimiliki. Dukungan sosial dipandang sebagai salah satu sumber daya eksternal yang membantu individu menilai situasi stres secara lebih adaptif (Lazarus & Folkman, 1984).

Pada Teori *buffering effect* oleh Cohen & Wills, yang menyatakan jika dukungan sosial mempunyai fungsi sebagai penyangga pada dampak negatif stresor. Dukungan emosional membantu individu dalam mengelola perasaan takut dan khawatir, sementara dukungan informasional dan instrumental menaikkan rasa kontrol individu pada situasi yang mengancam (Cohen & Wills, 1985). Penelitian sebelumnya menemukan bahwasanya dukungan sosial mempunyai hubungan dengan tingkat kecemasan secara signifikan. Individu dengan dukungan sosial yang baik biasanya mempunyai tingkat kecemasan yang lebih rendah dikarenakan merasa aman, dihargai, dan tidak menghadapi masalah sendirian (Ilma Widiya et al., 2022). Individu yang mempunyai kesiapsiagaan dan dukungan yang baik cenderung mampu mengendalikan kecemasan meskipun tinggal di wilayah rawan banjir. Jika kesiapsiagaan dan dukungan sosial berperan krusial dalam membantu individu meminimalisir dampak psikologis akibat ancaman bencana (Fitriani et al., 2020). Temuan tersebut selaras dengan temuan penelitian yang memperlihatkan adanya korelasi diantara dukungan sosial dan kecemasan, di mana dukungan sosial yang baik berkaitan dengan kondisi psikologis yang lebih stabil. Pada penelitian tersebut dijabarkan jika individu yang merasakan dukungan sosial cenderung mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan psikologis, sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih terkendali (Purwaningsih et al., 2023). Dukungan sosial mempunyai korelasi dengan tingkat kecemasan masyarakat yang tinggal di wilayah rawan

bencana. Individu yang mendapat dukungan sosial yang lebih baik cenderung memperlihatkan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibanding mereka yang mempunyai dukungan sosial terbatas (Kusumah, 2025). Dukungan sosial berperan dalam meminimalisir tingkat kecemasan dan depresi pada berbagai populasi. Dukungan sosial mempunyai efek yang konsisten dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis, sehingga kecemasan yang muncul dapat ditekan (Chusna & Purwandari, 2022). Hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan guru di beberapa sekolah di Kelurahan Lempake menunjukkan adanya variasi tingkat kecemasan dan dukungan sosial yang dirasakan. Sebagian guru melaporkan mengalami kecemasan situasional yang tinggi saat hujan deras dan banjir terjadi, sementara guru lainnya cenderung lebih mampu beradaptasi karena pengalaman menghadapi banjir berulang. Dukungan sosial juga dirasakan berbeda-beda, baik dari keluarga, rekan sejawat, maupun institusi terkait. Kondisi ini menunjukkan adanya ketidaksamaan pengalaman dan persepsi dukungan sosial yang berpotensi memengaruhi tingkat kecemasan guru.

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa banjir sebagai bencana yang sering terjadi di Kelurahan Lempake bukan hanya memicu timbulnya dampak fisik dan material, namun pula berdampak pada kesehatan mental guru. Dukungan sosial diduga memiliki peran krusial dalam memengaruhi tingkat kecemasan guru di daerah rawan banjir. Oleh karena itu, tujuan dilaksanakannya kajian ini yaitu melihat hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan guru di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional diimplementasikan dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Kajian ini dilaksanakan pada bulan November-Desember 2025 di banyak sekolah yang berada di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake, Kecamatan Samarinda Utara, yaitu SDN 001, SDN 002, SDN 013, SDN 015, SDN 025 Samarinda Utara, SMPN 13 Samarinda Utara, serta SMKN 18 Samarinda. Responden pada kajian ini mencakup guru-guru yang berkerja di sekolah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda. Sampel diambil melalui penggunaan teknik *total sampling* dengan jumlah 167 orang. Pengumpulan data dilakukan secara langsung (on site) dan tidak langsung (Google Form), dengan mengisi kuesioner yang meliputi data demografi, instrumen *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) guna menilai dukungan sosial, serta *State Anxiety Inventory* (SAI) guna menilai tingkat kecemasan guru. Analisis Bivariat yang digunakan yaitu uji *korelasi Gamma*. Penelitian ini sudah mendapat persetujuan etik dari komite etik penelitian.

HASIL

Meninjau dari tabel 1 karakteristik responden berdasarkan usia yaitu pada rentang usia 18-59 tahun (Dewasa), yaitu sejumlah 166 orang (99,4%), yang memperlihatkan jika sebagian besar responden ada di usia produktif. Responden dengan usia ≥ 60 tahun hanya 1 orang (0,6%). Berdasarkan jenis kelamin, kebanyakan responden yaitu perempuan, yaitu 113 orang (67,7%), sedangkan responden laki-laki bertotal 54 orang (32,3%). Dari aspek agama, mayoritas responden beragama Islam sejumlah 146 orang (87,4%), diikuti oleh Protestan sejumlah 17 orang (10,2%) dan Katolik sejumlah 4 orang (2,4%). Berdasarkan tingkat pendidikan memperlihatkan bahwa hampir seluruh responden memiliki pendidikan terakhir S1, yaitu sebanyak 159 orang (95,2%), sedangkan responden dengan pendidikan S2 berjumlah 8 orang (4,8%). Ditinjau dari lama kerja, responden dengan masa kerja di bawah 5 tahun menjadi kelompok paling banyak, yaitu 68 orang (40,7%), diikuti oleh responden dengan masa kerja melebihi 15 tahun sebanyak 60 orang (35,9%), dan masa kerja 6–15 tahun sebanyak 39 orang (23,4%). Selain itu, seluruh responden dalam penelitian ini (100%) menyatakan memiliki

pengalaman terdampak banjir, sehingga pengalaman banjir merupakan karakteristik yang dimiliki secara merata oleh seluruh responden penelitian.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
a) 18-59 Tahun (Dewasa)	166	99.4%
b) ≥ 60 Tahun (Lansia)	1	0.6%
Jenis Kelamin		
a) Laki- Laki	54	32.3%
b) Perempuan	113	67.7%
Agama		
a) Islam	146	87.4%
b) Katolik	4	2.4%
c) Protestan	17	10.2%
Pendidikan		
a) S1	159	95.2%
b) S2	8	4.8%
Lama Kerja		
a) <5 Tahun	68	40.7%
b) 6-15 Tahun	39	23.4%
c) >15 Tahun	60	35.9%
Pengalaman Banjir		
a) Ya	167	100%
b) Tidak	0	0%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial dan Kecemasan

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dukungan Sosial		
Tinggi	127	76,0
Sedang	34	20,4
Rendah	6	3,6
Kecemasan		
Tinggi	26	15,6
Sedang	31	18,6
Rendah	110	65,9

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar responden tergolong dalam kategori dukungan sosial tinggi, yaitu sejumlah 127 orang (76,0%), dilanjut dengan kategori sedang sejumlah 34 orang (20,4%), dan kategori rendah sejumlah 6 orang (3,6%). kebanyakan responden berada pada kategori kecemasan rendah, yaitu sejumlah 110 orang (65,9%), diikuti kecemasan sedang sejumlah 31 orang (18,6%), dan kecemasan tinggi sejumlah 26 orang (15,6%).

Tabel 3. Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan

		Kecemasan			Koefisien korelasi (r)	Nilai p
		Tinggi	Sedang	Rendah		
Dukungan Sosial	Tinggi	11 (8,7)	27 (21,3)	89 (70,1)	-0,455	0,008
	Sedang	9 (26,5)	4 (11,8)	21 (61,8)		
	Rendah	6 (100,0)	0 (0,0)	0 (0,0)		
Total		26 (15,6)	31 (18,6)	110 (65,9)		

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $p = 0,008$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = -0,455$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan dengan arah hubungan negatif. Dengan nilai koefisien korelasi yang bernilai negatif menandakan bahwasanya makin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima guru, berarti tingkat kecemasan akan jadi semakin rendah. Berdasarkan nilai koefisien Gamma sebesar $(-0,455)$, hubungan yang terbentuk berada pada tingkat sedang.

PEMBAHASAN

Meninjau dari hasil penelitian, didapati korelasi signifikan diantara dukungan sosial dengan kecemasan guru di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda, di mana nilai koefisien korelasi bertanda negatif memperlihatkan bahwasanya dukungan sosial yang semakin tinggi yang didapat guru, menandakan semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami, meskipun kekuatan korelasi tergolong pada tingkat sedang. Temuan ini memperlihatkan bahwasanya dukungan sosial mempunyai peran krusial dalam membantu guru mengelola tekanan psikologis akibat bekerja di lingkungan yang rawan bencana banjir, tanpa meniadakan keberadaan stresor itu sendiri. Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui teori *buffering effect* yang dikemukakan oleh (Cohen & Wills, 1985), yang menjelaskan bahwasanya dukungan sosial difungsikan sebagai penyangga pada dampak negatif stresor. Dukungan emosional membantu individu dalam mengelola perasaan takut dan khawatir, sementara dukungan informasional dan instrumental meningkatkan rasa kontrol individu terhadap situasi yang mengancam. Dalam konteks bencana banjir, dukungan sosial memungkinkan guru merasa lebih aman, diperhatikan, dan tidak menghadapi ancaman bencana secara sendirian, sehingga respons kecemasan dapat ditekan.

Selain itu, temuan penelitian ini pun konsisten dengan Teori dukungan sosial menurut (Zimet et al., 1988). Zimet memaparkan bahwasanya dukungan sosial dipahami sebagai persepsi individu pada ketersediaan dan kecukupan dukungan yang diterima dari keluarga, teman, serta orang-orang yang dianggap penting. Persepsi dukungan sosial yang baik berperan dalam menciptakan rasa aman dan keyakinan bahwa individu tidak menghadapi tekanan sendirian. Hal ini selaras dengan kajian ini, di mana guru yang memiliki persepsi dukungan sosial yang baik menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih rendah. Temuan tersebut selaras dengan penelitian yang menyatakan Individu yang menerima dukungan sosial yang memadai cenderung mempunyai kondisi psikologis yang lebih stabil dalam menghadapi situasi yang memunculkan tekanan (Budiman et al., 2023). Dukungan sosial mempunyai peran krusial dalam menciptakan rasa aman, nyaman, dan kondisi psikologis yang lebih baik (Sidabutar et al., 2024). Dukungan sosial berperan dalam menjaga kesehatan mental korban banjir, terutama dalam meminimalisir tekanan psikologis dan gangguan emosional yang muncul akibat bencana (Hasibuan, 2025). Dukungan sosial yang baik berkorelasi dengan kesiapsiagaan individu dalam menghadapi banjir. Individu yang mendapat dukungan dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar cenderung merasa lebih aman, diperhatikan, serta tidak menghadapi ancaman bencana secara sendirian (Setiawicaksana & Fitriani, 2021).

Temuan ini sejalan dengan kajian yang mendapati keterkaitan antara tingkat kecemasan dan kesiapsiagaan dalam menghadapi banjir. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa kecemasan muncul sebagai respons terhadap ancaman banjir, namun tingkat kecemasan yang dialami responden bervariasi dan dipengaruhi oleh kesiapsiagaan serta pengalaman menghadapi banjir. Hal ini relevan dengan penelitian ini, di mana guru yang bekerja di wilayah rawan banjir telah memiliki pemahaman terhadap kondisi lingkungan sehingga kecemasan yang dirasakan tidak berada pada tingkat yang tinggi (Sarkawi & Fitriani, 2021). Temuan tersebut selaras dengan hasil penelitian yang menyatakan jika pengalaman menghadapi banjir

berulang kali berkorelasi dengan kesiapsiagaan, pengalaman banjir bukan sekadar paparan pasif, namun pengalaman yang memberi pembelajaran praktis tentang bagaimana menghadapi situasi darurat (Selvyana & Fitriani, 2021). Individu yang mempunyai pengalaman bencana cenderung lebih siap dalam menghadapi situasi darurat serta mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam mengendalikan respons emosional, termasuk kecemasan (Fitriani et al., 2019). Pengalaman banjir berulang berperan krusial dalam kemampuan adaptasi psikologis individu (Kushayati & Fibriana, 2022). Pengalaman yang berulang pada banjir mendorong munculnya berbagai strategi coping, baik secara individual atau kolektif, guna merespons tekanan yang muncul akibat banjir (Joisefien et al., 2024). Pengalaman banjir mempunyai korelasi yang substansial dengan gejala kecemasan dan kesejahteraan subjektif (Murata et al., 2023).

Selanjutnya, penelitian ini juga konsisten dengan kajian yang mendapati bahwasanya tingkat kecemasan individu berkaitan dengan kondisi psikologis internal yang bersifat situasional. Kecemasan dalam penelitian tersebut tidak selalu berada pada tingkat tinggi, terutama ketika individu memiliki sumber daya psikologis yang memadai. Hal ini relevan dengan penelitian ini, di mana guru menunjukkan kecemasan yang relatif terkendali meskipun berada di lingkungan yang berisiko (Budiman, Afkarina, et al., 2025). Dalam konteks masyarakat di daerah rawan banjir, penelitian tersebut selaras dengan yang memperlihatkan jika mayoritas responden ada di kategori kecemasan ringan. Temuan ini menginterpretasikan meskipun tinggal di wilayah rawan banjir, tidak semua individu mengalami kecemasan tinggi (Devi & Hermawati, 2025). Temuan serupa juga ditunjukkan pada penelitian yang menginterpretasikan jika sebagian besar masyarakat mengalami kecemasan dalam kategori ringan hingga sedang (Darmastuti & Husain, 2023). Hal tersebut memperlihatkan jika paparan pada risiko banjir tidak selalu menghasilkan kecemasan berat, terutama pada masyarakat yang telah terbiasa menghadapi kondisi tersebut. Kondisi ini memperkuat hasil penelitian ini jika kecemasan guru ada di tingkat rendah hingga sedang.

Secara teoretis, temuan penelitian ini bisa dipaparkan melalui Teori *Coping*. Pada teori ini, dinyatakan bahwasanya respons individu terhadap stres dipengaruhi oleh penilaian kognitif serta sumber daya yang dimiliki. Dukungan sosial dipandang sebagai salah satu sumber daya eksternal yang membantu individu menilai situasi stres secara lebih adaptif. Dalam konteks penelitian ini, guru yang memperoleh dukungan sosial yang memadai cenderung mampu menilai ancaman banjir secara lebih terkendali, sehingga respons kecemasan yang muncul tidak berkembang secara berlebihan (Lazarus & Folkman, 1984). Temuan penelitian ini juga konsisten dengan kajian yang mendapati bahwasanya dukungan sosial termasuk sebagai faktor determinan yang berhubungan signifikan dengan kecemasan pada konteks bencana. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa individu yang mendapat dukungan emosional, informasional, dan instrumental yang memadai mempunyai kemampuan adaptasi lebih baik didalam menghadapi ancaman bencana, sehingga kecemasan dapat dikendalikan (Ilma Widiya et al., 2022).

Temuan penelitian tersebut selaras dengan penelitian yang menjabarkan jika dukungan sosial mempunyai korelasi dengan tingkat kecemasan masyarakat yang tinggal di wilayah rawan bencana. Individu yang mendapat dukungan sosial yang lebih baik cenderung memperlihatkan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibanding mereka yang mempunyai dukungan sosial terbatas (Kusumah, 2025). Penelitian ini juga selaras dengan temuan yang memperlihatkan adanya korelasi diantara dukungan sosial dan kecemasan, di mana dukungan sosial yang baik berkaitan dengan kondisi psikologis yang lebih stabil. Pada penelitian tersebut dijabarkan jika individu yang merasakan dukungan sosial cenderung mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tekanan psikologis, sehingga tingkat kecemasan yang dialami menjadi lebih terkendali (Purwaningsih et al., 2023).

Temuan penelitian tersebut selaras dengan hasil penelitian yang memperlihatkan jika dukungan sosial mempunyai korelasi negatif dengan gejala kecemasan, artinya semakin tinggi

dukungan sosial yang dirasakan, semakin rendah gejala kecemasan yang muncul. Korelasi diantara dukungan sosial dan kecemasan bersifat konsisten pada individu yang berada dalam situasi penuh tekanan, termasuk mereka yang menjalani peran dengan tuntutan tinggi. Pada penelitian tersebut dijabarkan jika dukungan sosial adalah faktor protektif yang berkontribusi pada penurunan gejala kecemasan (Priego-cubero et al., 2023). Temuan ini memperlihatkan jika individu yang mempunyai jaringan dukungan sosial yang memadai cenderung lebih mampu mengendalikan respons emosional pada tekanan yang dihadapi. Korelasi diantara dukungan sosial dan kecemasan pada penelitian ini juga diperkuat oleh Studi yang memperlihatkan jika dukungan sosial berperan dalam meminimalisir tingkat kecemasan dan depresi pada berbagai populasi. Hasil meta-analisis ini menegaskan jika dukungan sosial mempunyai efek yang konsisten dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis, sehingga kecemasan yang muncul dapat ditekan (Chusna & Purwandari, 2022).

Temuan tersebut juga konsisten dengan kajian yang menemukan bahwasanya individu dengan kesiapsiagaan dan dukungan yang baik cenderung mampu mengendalikan kecemasan meskipun tinggal di wilayah rawan banjir. Dalam kajian tersebut ditegaskan bahwa kesiapsiagaan dan dukungan sosial berperan penting dalam membantu individu mengurangi dampak psikologis akibat ancaman bencana (Fitriani et al., 2020). Hal ini juga tercermin dalam penelitian ini, di mana guru yang memiliki dukungan sosial yang memadai serta pengalaman menghadapi banjir menunjukkan tingkat kecemasan yang relatif rendah. Dengan demikian, temuan penelitian ini menegaskan bahwasanya dukungan sosial yang memadai mempunyai peran krusial dalam meminimalisir tingkat kecemasan guru yang bertugas di wilayah rawan banjir. Hal tersebut selaras dengan teori *buffering effect*, yang menyatakan jika dukungan sosial mempunyai fungsi sebagai penyangga pada tekanan dan stres yang dialami individu. Pada penelitian ini, tidak ditemukan keterbatasan yang substansial dalam pelaksanaan penelitian. Namun, penelitian ini hanya berfokus pada satu variabel yang berkorelasi dengan kecemasan, padahal terdapat berbagai faktor lain yang juga dapat memengaruhi tingkat kecemasan.

KESIMPULAN

Hasil penelitian memaparkan bahwasanya dukungan sosial mempunyai peran yang bermakna pada tingkat kecemasan guru yang bekerja di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake Samarinda. Hubungan yang terbentuk bersifat negatif dengan kekuatan sedang, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial difungsikan menjadi faktor protektif dalam membantu guru mengelola tekanan psikologis akibat ancaman banjir yang berulang. Temuan ini menegaskan bahwa keberadaan dukungan emosional, informasional, dan instrumental dari lingkungan terdekat mampu memperkuat kapasitas adaptasi guru dalam menghadapi situasi bencana. Secara konseptual, hasil penelitian ini memperkuat teori dukungan sosial sebagai mekanisme penyangga stres, khususnya dalam konteks bencana alam pada kelompok profesi pendidik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diberikan pada semua pihak yang sudah menyumbang kontribusi didalam pelaksanaan dan penyelesaian penelitian ini. Terimakasih juga pada institusi pendidikan dan pihak sekolah di Kelurahan Lempake Samarinda yang telah memberikan izin dan dukungan, serta kepada seluruh guru yang bersedia berpartisipasi sebagai responden. Apresiasi turut disampaikan kepada seluruh pihak yang sudah menyumbang kontribusi yang menjadikan penelitian ini bisa terlaksana dan selesai secara baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Akpan, U. U., Ja' Afar, I. K., & Eke, S. C. (2025). Addressing the psychological impact of climate-induced disasters on young people in Africa: Challenges and pathways forward. *Cambridge Prisms: Global Mental Health*, 12(2022), 2022–2025. <https://doi.org/10.1017/gmh.2024.77>
- Aulia, T. I., Budhiana, J., & Mariam, I. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Keluarga Pasien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 11(1), 69–79. <https://doi.org/10.33867/1zzax308>
- BNPB. (2024). Data dan Informasi Kebencanaan Bulanan Teraktual. *Info Bencana*, 5(1), 1–19. [https://bnpb.go.id/storage/app/media/Buletin Info Bencana/Buletin Info Bencana Januari 2024.pdf](https://bnpb.go.id/storage/app/media/Buletin%20Info%20Bencana/Buletin%20Info%20Bencana%20Januari%202024.pdf)
- BNPB. (2025). *INDEKS RISIKO BENCANA INDONESIA* (Vol. 03).
- Borah, G., & Saikia, N. (2025). Effect of “losses” and other secondary stressors on the association between flooding and psychological health outcomes: a cross-sectional study in Bongaigaon District, India. *Journal of Biosocial Science*, 400–428. <https://doi.org/10.1017/S0021932025000136>
- Budiman, A., Afkarina, I., Dwi, L., Fitri, N., & Pratiwi, D. (2025). *Relationship Between Self-Confidence and anxiety in Rehabilitants at the Tanah Merah Rehabilitation Center , East Kalimantan*. 04(1), 1–8.
- Budiman, A., Ramadhan, J., Hidayah, N. N., Hasmi, P. D., & Sandra, R. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Ekonomi Dan Usia Dengan Kesejahteraan Psikologis Pasien Pasca Covid-19. *Wijara Medika: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 7–15.
- Budiman, A., Surya, M., Ashari, P., Nurshandy, M., & Ghifari, A. (2025). *The Relationship Between Stress Levels , Learning Motivation , and Academic Performance of Nursing Students in Hybrid Learning at Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*. 4(2), 283–293.
- Carter, P., Gyamfi, C. O., Quddus, T., Ghandali, M. V., & Hawken, E. (2025). Comparing the Impact of Flooding on Mental Health in India and the United Kingdom: Who Is More Vulnerable? *BJPsych Open*, 11(S1), S27–S27. <https://doi.org/10.1192/bjo.2025.10109>
- Chusna, F. C. N., & Purwandari, E. (2022). Meta-Analysis Study : Could Social Support Reduce Depression and Anxiety during COVID-19 Pandemic ? *International Summit on Science Technology and Humanity (ISETH)*, 2020, 222–235.
- Cobb, S. M. (2021). Social Support as a Moderator of Life Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 22(2), 118–125. https://journals.lww.com/bsam/abstract/1976/09000/social_support_as_a_moderator_of_life_stress.3.aspx
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, Social Support, and the Buffering Hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Darmastuti, I., & Husain, F. (2023). GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN PADA MASYARAKAT DAERAH RAWAN BANJIR DI PUCANG SAWIT SURAKARTA. *IJOH: Indonesian Journal Of Public Health*, 01(03), 306–315.
- Devi, A. S., & Hermawati, H. (2025). *Gambaran Tingkat Kecemasan Warga di Daerah Rawan Bencana Banjir Desa Laban Kabupaten Sukoharjo*.
- Fitriani, D. R., Milkhatun, Damaiyanti, M., Muflihatun, S. K., Rizal, A. A. F., & Wiwin, N. W. (2019). The Relation Between Knowledge and Experience of Facing Flood Toward The Anxiety Level of Head Families in The Flood-Prone Areas. *South East Asia Nursing Research*, 1(3), 120–127.
- Fitriani, D. R., Rizal, A. A. F., & Damaiyanti, M. (2020). Analysis of Factors Related To Adolescents Preparedness in The Disaster-Prone Areas in Lempake Village , Samarinda.

STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan, 9(2), 1434–1444.

<https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.489>

- Hasibuan, M. K. (2025). *Peran Dukungan Sosial terhadap Kesehatan Mental Korban Bencana Banjir di Kota Sibuhuan*. 1(1).
- Ilma Widiya, S., Ahmad Syamsul, B., & Maryani. (2022). DETERMINAN KECEMASAN PRA ERUPSI PADA MASYARAKAT DI LERENG GUNUNG MERAPI. *Jurnal Kebidanan*, XIV(02), 203–214.
- Javadian, H., Stewart, M. E., Mathews, M., Williams, A. J., & Hale, D. (2024). Caregiver Mind-Mindedness Training as an Early Intervention for Social Anxiety in Children: A protocol for an RCT intervention. *MedRxiv*, 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0315150>
- Joisefien, S., Waani, J. O., & Egam, P. P. (2024). *Coping Strategi Masyarakat Di Kawasan Rawan Banjir Kota Manado Coping Strategies of Communities in Flood Prone Areas of Manado City*. 13(1).
- Kushayati, N., & Fibriana, L. P. (2022). *IMPACT OF FLOOD AND PSYCHOLOGICAL ADAPTATION ON FLOOD SURVIVOR IN MOJOKERTO REGENCY, INDONESIA*. 2, 157–163.
- Kusumah, R. I. (2025). Pengaruh dukungan sosial dan sikap terhadap kecemasan masyarakat di daerah rawan bencana. *Journal of Public Health Innovation (JPHI)*, 5(2), 358–367.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. Springer Publishing Company, Inc.
- Mediakaltim. (2025). *Samarinda Siaga Banjir, Bendungan Benanga Meluap*. 28 Januari.
- Murata, R., Tokuda, D., Kiguchi, M., Noda, K., & Oki, T. (2023). *Impact of flood experiences and anxiety on subjective well-being*. 17(3), 56–61. <https://doi.org/10.3178/hr.17.56>
- Parrott, E., Lomeli-Rodriguez, M., Burgess, R., Rahman, A., Direzkie, Y., & Joffe, H. (2025). The Role of Teachers in Fostering Resilience After a Disaster in Indonesia. *School Mental Health*, 17(1), 118–136. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09709-y>
- Pemerintah Republik Indonesia. (2007). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana. *Lembar Negara Republik Indonesia Tahun 2007*.
- Priego-cubero, E., Orgeta, V., López-Martínez, C., & Del-Pino-Casado, R. (2023). The Relationship between Social Support and Anxiety Symptoms in Informal Carers: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Clinical Medicine*, 12(1244).
- Purwaningsih, I. E., Sugiarto, R., & Budiarto, S. (2023). Kesejahteraan psikologis dalam hubungannya dengan kecemasan dan dukungan sosial. *SOSIOHUMANIORA: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 9(February), 1–16.
- Rismelina, D. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 195. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4902>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2020). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. Wiley. [https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ypODBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA77&dq=Sarafino,+E.+P.,+%26+Smith,+T.+W.+\(2020\).+Health+Psychology:+Biopsychosocial+Interactions.+Wiley&ots=19oQiPXGj0&sig=0Xr62tvOV8bPX2qWRMQA2wpRh1k&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=ypODBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA77&dq=Sarafino,+E.+P.,+%26+Smith,+T.+W.+(2020).+Health+Psychology:+Biopsychosocial+Interactions.+Wiley&ots=19oQiPXGj0&sig=0Xr62tvOV8bPX2qWRMQA2wpRh1k&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Sarkawi, M., & Fitriani, D. R. (2021). Hubungan Kecemasan dengan Kesiapsiagaan Remaja dalam Menghadapi Banjir di Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(3), 1547–1552.
- Selvyana, N. A., & Fitriani, D. R. (2021). Hubungan Pengalaman dengan Kesiapsiagaan Remaja Dalam Menghadapi Banjir di Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(3), 1845–1854.
- Setiawan, A. (2021). Impact of teacher anxiety on student academic achievement. *Jurnal*

Pendidikan Dan Pengembangan.

- Setiawicaksana, N., & Fitriani, D. R. (2021). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesiapsiagaan Remaja dalam Menghadapi Banjir di Samarinda. *Borneo Student Research*, 2(2), 921–927.
- Sidabutar, D., Lumbantobing, K., Siallagan, Y. G., & Turnip, H. (2024). PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL GURU TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS SISWA. *Pediaqu : Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 3(4), 5353–5360.
- Spielberger. (2021). Anxiety: Theory, Research, and Intervention. In *Academic Press*.
<https://www.sciencedirect.com/book/anxiety>
- UNDRR. (2017). *The Sendai Framework Terminology on Disaster Risk Reduction*. Disaster.
- UNDRR. (2023). *Global Natural Disaster Assessment Report*. 12 Oktober.
- World Risk Report. (2024). *World Risk Report 2024 Focus: Multiple Crises*.
<https://reliefweb.int/report/world/worldriskreport-2024-focus-multiple-crises>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2