

HUBUNGAN KUALITAS HIDUP DENGAN KECEMASAN GURU DI DAERAH RAWAN BANJIR KELURAHAN LEMPAKE SAMARINDA

Prascha Alia Cristina^{1*}, Dwi Rahmah Fitriani², Arief Budiman³

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

*Corresponding Author : 2211102411047@umkt.ac.id

ABSTRAK

Bencana banjir yang terjadi secara rutin setiap tahun di Kota Samarinda, khususnya di Kelurahan Lempake, tidak hanya menimbulkan kerugian fisik dan material, tetapi juga berdampak pada kondisi psikologis masyarakat, termasuk tenaga pendidik. Guru sebagai garda terdepan dalam proses pendidikan dituntut tetap profesional di tengah situasi krisis, sehingga berisiko mengalami tekanan emosional dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas hidup dengan tingkat kecemasan guru di wilayah rawan banjir Kelurahan Lempake. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 167 guru yang dipilih melalui teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *WHOQOL-BREF* untuk mengukur kualitas hidup dan *State-Trait Anxiety Inventory* (STAI-S) untuk menilai tingkat kecemasan. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji korelasi Gamma. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup dalam kategori baik (79,0%) dan tingkat kecemasan dalam kategori rendah (65,9%). Uji korelasi Gamma menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dan tingkat kecemasan ($p = 0,007$) dengan kekuatan hubungan sedang dan arah negatif ($r = -0,445$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik kualitas hidup guru, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kualitas hidup berperan sebagai faktor protektif psikologis dalam menghadapi stres akibat bencana banjir, sehingga diperlukan dukungan institusi dan lingkungan kerja yang kondusif untuk menjaga kesehatan mental guru di wilayah rawan bencana.

Kata kunci: Banjir, guru, kecemasan, kualitas hidup

ABSTRACT

Annual flooding in Samarinda City, particularly in Lempake Subdistrict, not only causes physical and material losses but also affects the psychological condition of the community, including teachers. As frontline educators, teachers are required to maintain professionalism amid crisis situations, making them vulnerable to emotional distress and anxiety. This study aimed to analyze the relationship between quality of life and anxiety levels among teachers in flood-prone areas of Lempake Subdistrict. The research employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The sample consisted of 167 teachers selected using a total sampling technique. The research instruments included the WHOQOL-BREF questionnaire to measure quality of life and the State-Trait Anxiety Inventory (STAI-S) to assess anxiety levels. Bivariate data analysis was conducted using the Gamma correlation test. The results indicated that the majority of respondents had a good quality of life (79.0%) and low levels of anxiety (65.9%). The Gamma correlation test revealed a significant relationship between quality of life and anxiety levels ($p = 0.007$), with a moderate strength and negative direction ($r = -0.445$). This finding suggests that higher quality of life is associated with lower anxiety levels among teachers. The study concludes that quality of life serves as a psychological protective factor in coping with disaster-related stress, highlighting the importance of institutional support and a supportive work environment to maintain teachers' mental stability in disaster-prone areas.

Keywords: Flood, teacher, anxiety, quality of life

PENDAHULUAN

Kualitas hidup merupakan cara individu memandang posisi mereka di dalam kehidupan, yang berkaitan dengan budaya dan sistem nilai tempat mereka berada, juga standar,

tujuan, dan kekhawatiran pribadi (WHO, 1995). Konsep ini menekankan bahwa kualitas hidup bersifat multidimensional dan subjektif, sehingga tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi fisik, tetapi juga oleh aspek psikologis, sosial, dan lingkungan. Kualitas hidup juga menjadi parameter penting dalam mendeteksi kondisi kesehatan mental, terutama dalam mengidentifikasi tingkat tekanan psikologis dan kecemasan yang dialami oleh individu, termasuk tenaga pendidik (Sekarwiri, 2008). Penelitian lain menunjukkan bahwa dimensi psikologis dalam kualitas hidup memiliki hubungan erat dengan stabilitas emosi serta kemampuan individu dalam menghadapi stresor lingkungan (Mayasari et al., 2022; Meliana et al., 2023). Guru yang mampu mengelola tekanan psikis dengan baik serta didukung oleh lingkungan kerja yang kondusif maka kualitas hidupnya cenderung akan lebih stabil. Tingkat kualitas hidup ini dapat diukur melalui persepsi subjektif individu pada aspek kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, serta kondisi lingkungan mereka (WHO, 1998).

Pengukuran kualitas hidup dapat dilakukan melalui persepsi subjektif individu terhadap empat domain utama, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan kondisi lingkungan (WHO, 1998). Dalam konteks profesi guru, domain lingkungan menjadi sangat relevan karena mencakup aspek keamanan, kenyamanan tempat kerja, serta stabilitas sosial ekonomi. Studi nasional menunjukkan bahwa gangguan pada domain lingkungan, seperti kondisi tempat tinggal yang terdampak bencana, dapat berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup dan peningkatan distress psikologis (Sunny & Setyowati, 2020).

Secara global, pada tahun 2023 tercatat sebanyak 321 peristiwa bencana alam, di mana banjir menjadi fenomena yang paling sering terjadi dengan presentase mencapai 50,77% (UNDRR, 2022) Indonesia sendiri menduduki peringkat kedua dunia sebagai negara dengan tingkat kerentanan bencana tertinggi (WorldRiskReport, 2024) dengan total 1.420 kejadian banjir sepanjang tahun 2023 (BNPB, 2024) Di lingkup daerah, Kota Samarinda memiliki indeks risiko bencana yang signifikan dengan skor mencapai 14,59 (BNPB, 2024). Frekuensi banjir yang tinggi ini tidak hanya merusak infrastruktur, tetapi juga mengancam keselamatan guru serta menghambat efektivitas kegiatan belajar mengajar di sekolah (SamarindaPos, 2024). Tenaga pendidik yang sering terpapar dampak bencana biasanya akan memperlihtakan tingkat kecemasan lebih tinggi dikarenakan keterkaitan antara kondisi darurat lingkungan dengan stabilitas emosional (Efastri et al., 2023) Kekhawatiran yang muncul akibat ancaman banjir dalam jangka waktu lama akan terakumulasi menjadi tekanan psikis yang berdampak langsung pada penurunan kualitas hidup guru (Sekarwiri, 2008). Selain itu, guru yang bertugas di wilayah rawan banjir memiliki kecenderungan untuk mengalami kecemasan situasional yang lebih besar dibandingkan mereka di wilayah aman (Fu & Zhang, 2024). Menurut Spielberger, kecemasan situasional merupakan prediktor yang lebih sensitif dalam menggambarkan kondisi psikologis sesaat dibandingkan kecemasan (Spielberger, 1983).

Namun, kecemasan situasional seringkali bersifat temporer karena hanya muncul sebagai respon terhadap ancaman tertentu. Keterbatasan ini perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi akurasi skrining awal terhadap status kesejahteraan guru (Sufi & Efastri, 2023). Guru yang telah lama menetap di daerah terdampak banjir biasanya mengembangkan mekanisme adaptasi yang lebih kuat, sehingga respon keemasannya berbeda dengan mereka yang baru pertama kali terpapar bencana (SamarindaPos, 2024). Tingkat kecemasan pada guru ini diklasifikasikan menjadi kecemasan ringan (20–39), sedang (40–59), dan berat (60–80) (Setyananda et al., 2021).

Indikator kecemasan dipandang lebih sensitif dalam mencerminkan risiko penurunan kesejahteraan karena kondisi psikis berkaitan erat dengan kualitas hidup (Sekarwiri, 2008). Berdasarkan standar World Health Organization, kategori kualitas hidup dibedakan ke dalam dua tingkat, yaitu kualitas hidup baik dan kualitas hidup buruk (WHOQOL-BREF, 1996). Oleh karena itu, pemantauan terhadap tingkat kecemasan dapat menjadi instrumen tambahan yang efektif dalam mendeteksi dini potensi penurunan kualitas hidup guru, khususnya pada domain

psikologis dan lingkungan. Ketidaksiuaian antara pengalaman menghadapi bencana dengan tingkat kecemasan yang dirasakan berpotensi menimbulkan bias dalam menginterpretasikan kesejahteraan guru.

Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji kecemasan pada korban banjir maupun kualitas hidup pada populasi umum, kajian yang secara spesifik menganalisis hubungan antara kualitas hidup dan tingkat kecemasan pada guru di wilayah rawan banjir masih terbatas. Padahal, guru merupakan aktor penting dalam menjaga keberlanjutan sistem pendidikan di daerah berisiko. Berdasarkan hal tersebut, tujuan dilaksanakannya kajian ini adalah untuk menganalisis hubungan kualitas hidup dan tingkat kecemasan guru di wilayah rawan banjir Kelurahan Lempake, Samarinda.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan observasional analitik menggunakan desain *cross sectional*. Desain ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara kualitas hidup dan tingkat kecemasan pada guru di wilayah rawan banjir dalam satu waktu pengukuran.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember 2025 hingga Januari 2026 di sekolah-sekolah yang berada di wilayah rawan banjir Kelurahan Lempake, Kecamatan Samarinda Utara, yaitu SDN 001 Samarinda Utara, SDN 002 Samarinda Utara, SDN 013 Samarinda Utara, SDN 015 Samarinda Utara, SDN 025 Samarinda Utara, SMPN 13 Samarinda Utara, dan SMKN 18 Samarinda.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru yang bertugas di sekolah-sekolah tersebut dengan jumlah 167 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sampel penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah kualitas hidup, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan. Kualitas hidup diukur menggunakan instrumen World Health Organization Quality of Life-BREF (WHOQOL-BREF) yang terdiri dari 26 item pertanyaan yang mencakup empat domain, yaitu fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Skor total berada pada rentang 1–130 dan dikategorikan menjadi kualitas hidup buruk (1–60), sedang (61–94), dan baik (≥ 95). Skala pengukuran variabel kualitas hidup adalah ordinal.

Tingkat kecemasan yang diukur adalah kecemasan situasional (*state anxiety*). Pengukuran dilakukan menggunakan *State-Trait Anxiety Inventory bagian State (STAI-S)* yang terdiri dari 20 item pernyataan dengan rentang skor 20–80. Tingkat kecemasan dikategorikan menjadi rendah (20–37), sedang (38–44), dan tinggi (45–80). Skala pengukuran variabel kecemasan adalah ordinal.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung menggunakan kuesioner karakteristik responden, WHOQOL-BREF, dan STAI-S. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi masing-masing variabel dalam bentuk distribusi frekuensi. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas hidup dan tingkat kecemasan menggunakan uji korelasi Gamma karena kedua variabel berskala ordinal dan data tidak berdistribusi normal. Tingkat signifikansi statistik ditetapkan pada $p < 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan yang berwenang sebelum pelaksanaan penelitian. Seluruh responden diberikan lembar penjelasan penelitian dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*) sebelum pengisian kuesioner. Kerahasiaan identitas responden dijamin dan data yang diperoleh digunakan hanya untuk kepentingan penelitian.

HASIL

Berikut ini adalah deskripsi mengenai distribusi frekuensi karakteristik responden, variabel kualitas hidup dan kecemasan. Serta hasil uji statistik korelasi Gamma.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

| | Karakteristik | Frekuensi (n) | Presentase (%) |
|--------------------------|----------------------|---------------|----------------|
| Usia | | | |
| a) | 18-59 Tahun (Dewasa) | 99 | 59.3% |
| 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% |

Berdasarkan tabel karakteristik responden Ditinjau dari kelompok usia , kebanyakan responden merupakan 18–40 tahun, yakni sejumlah 99 orang (59,3%) , diikuti kelompok usia 41–59 tahun sejumlah 67 orang (40,1%), sementara mereka dengan ≥60 tahun hanya 1 orang (0,6%). Berdasarkan jenis kelamin , perempuan menjadi responden yang mendominasi , yaitu sebanyak 113 orang (67,7%) , sedangkan laki-laki sejumlah 54 orang (32,3%). Terlihat dari tingkat pendidikan , hampir seluruh responden memiliki latar belakang pendidikan Strata 1 (S1) , yaitu sejumlah 159 orang (95,2%) , sedangkan responden dengan pendidikan Strata 2 (S2) berjumlah 8 orang (4,8%). Berdasarkan lama bekerja , responden terbanyak memiliki masa kerja ≤5 tahun , yaitu 68 orang (40,7%) , diikuti oleh responden dengan masa kerja >15 tahun sejumlah 60 orang (35,9%) , serta responden dengan masa kerja 6–15 tahun sebanyak 39 orang (23,4%). Ditinjau dari pengalaman mengalami banjir , seluruh responden (167 orang atau 100%) menyatakan pernah mengalami kejadian banjir di lingkungan tempat tinggal maupun tempat bekerja.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup dan Kecemasan

| Variabel | Frekuensi | Presentase% |
|-----------------------|-----------|-------------|
| Kualitas Hidup | | |
| Buruk | 11 | 6.6 |
| Sedang | 24 | 14.4 |
| Baik | 132 | 79.0 |
| Kecemasan | | |
| Rendah | 110 | 65.9 |
| Sedang | 31 | 18.6 |
| Tinggi | 26 | 15.6 |

Merujuk pada Tabel 2 terlihat bahwasanya mayoritas dari responden mempunyai kualitas hidup pada kategori baik, yaitu berjumlah 132 orang (79,0%). Diikuti dengan kualitas hidup yang tergolong pada kategori buruk berjumlah 24 orang (14,4%), sedangkan kualitas hidup buruk berjumlah 11 orang (6,6%). Sementara itu pada distribusi tingkat kecemasan menunjukkan bahwa mayoritas dari responden berada pada kecemasan rendah, yaitu sebanyak 110 orang (65,9%). Dengan kecemasan sedang berjumlah 31 orang (18,6%), sedangkan kecemasan tinggi sebanyak 26 orang (15,6%).

Tabel 3. Hubungan Kualitas Hidup dengan Kecemasan

| | | Kecemasan | | | Koefisien Korelasi (r) | Nilai P |
|----------------|--------|--------------|-------------|-------------|------------------------|---------|
| | | Rendah | Sedang | Tinggi | | |
| Kualitas Hidup | Buruk | 0 (0,0%) | 5 (45,5 %) | 6 (54,5 %) | -0,445 | 0,007 |
| | Sedang | 17 (70,0%) | 3 (12,5 %) | 4 (16,7 %) | | |
| | Baik | 93 (70,5%) | 23 (17,5 %) | 16 (12,1 %) | | |
| Total | | 110 (65,9 %) | 31 (18,6 %) | 26 (15,6 %) | | |

Berdasarkan tabel tersebut, diketahui bahwa analisis korelasi antara kecemasan dan kualitas hidup dilaksanakan memakai hasil uji Gamma. Mengindikasikan nilai substansial nilai $p = 0,007 < 0,05$ dan koefisien korelasi $r = -0,445$ hal ini mengindikasikan bahwasanya didapati korelasi yang signifikan pada kualitas hidup dengan tingkat kecemasan dengan arah korelasi negatif, dengan nilai koefisien korelasi yang negatif mengindikasikan bahwa korelasi antara kualitas hidup dan kecemasan bersifat berlawanan arah, artinya semakin tinggi kualitas hidup maka tingkat kecemasan cenderung semakin rendah.

PEMBAHASAN

Kualitas hidup dapat dipahami sebagai persepsi individu terhadap posisinya dalam kehidupan yang dipengaruhi oleh budaya, sistem nilai, tujuan, serta harapan hidup (WHO, 1998). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup kategori baik (79,6%), sementara sebagian lainnya berada pada kategori cukup (20,4%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun bekerja di lingkungan rawan banjir, guru di Kelurahan Lempake mampu mempertahankan fungsi fisik, psikologis, dan sosial secara optimal. Hasil ini sejalan dengan penelitian Hidayat et al. (2020) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki dukungan sosial dan stabilitas pekerjaan cenderung menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik meskipun berada dalam kondisi lingkungan yang penuh tekanan.

Dominasi responden pada usia produktif (18–40 tahun) serta tingkat pendidikan sarjana yang tinggi turut berkontribusi terhadap kualitas hidup yang baik. Ramadhan & Achmad (2025) menyatakan bahwa tingkat pendidikan berperan dalam meningkatkan kemampuan *coping strategy* dan pemecahan masalah. Hal ini diperkuat oleh penelitian Niman et al. (2022) yang menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan lebih tinggi memiliki kontrol diri dan efikasi diri yang lebih baik dalam menghadapi stresor lingkungan. Studi lain juga menyebutkan bahwa usia produktif berkorelasi dengan daya adaptasi yang lebih kuat terhadap perubahan lingkungan dan tekanan psikologis (Sudarsono et al., 2022; Meliana et al., 2023).

Dari aspek kecemasan, mayoritas responden berada pada kategori rendah (66,7%), diikuti kategori sedang (24,1%) dan tinggi (9,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa paparan banjir yang berulang tidak secara otomatis meningkatkan kecemasan secara ekstrem pada seluruh guru. Nilam (2021) menyatakan bahwa kecemasan merupakan respons emosional subjektif terhadap situasi yang dinilai mengancam. Namun, pengalaman berulang terhadap situasi bencana dapat membentuk proses habituasi dan adaptasi psikologis. Fitriani et al. (2019) menjelaskan bahwa individu yang berulang kali terpapar bencana cenderung mengembangkan mekanisme pertahanan diri dan resiliensi yang lebih kuat. Temuan serupa dikemukakan oleh

Afifah & Nooratri (2022) dan Sunny & Setyowati (2020), yang menunjukkan bahwa tidak semua korban banjir mengalami kecemasan tinggi karena adanya faktor adaptasi dan dukungan sosial.

Kecemasan pada guru dalam konteks ini cenderung bersifat situasional, dipicu oleh ancaman spesifik seperti kekhawatiran terhadap keselamatan siswa dan kerusakan fasilitas sekolah (Shafa et al., 2025). Hal ini sesuai dengan konsep *state anxiety* yang dikemukakan oleh Spielberger (1983), bahwa kecemasan situasional muncul sebagai respons sementara terhadap ancaman tertentu. Army et al. (2023) menambahkan bahwa pada tenaga pendidik, kecemasan sering kali berkaitan dengan tanggung jawab profesional dan beban moral terhadap peserta didik.

Hasil uji korelasi Gamma menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kualitas hidup dan tingkat kecemasan ($p = 0,007$) dengan koefisien korelasi negatif sedang ($r = -0,445$). Artinya, semakin baik kualitas hidup guru, semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami. Temuan ini konsisten dengan penelitian Niman et al. (2022) yang menyatakan bahwa kestabilan domain lingkungan dan hubungan sosial berperan sebagai faktor protektif terhadap gangguan kecemasan. Sekarwiri (2008) juga menegaskan bahwa kualitas hidup memiliki hubungan erat dengan kondisi psikologis individu, di mana penurunan kualitas hidup sering diikuti peningkatan kecemasan.

Penelitian lain mendukung hubungan ini, seperti temuan Meliana et al. (2023) yang menunjukkan korelasi negatif antara kecemasan dan kualitas hidup pada mahasiswa kedokteran, serta penelitian oleh Nazmi et al. (2025) pada pasien penyakit kronis. Sudarsono et al. (2022) menyatakan bahwa keseimbangan kesejahteraan fisik, sosial, dan psikologis berkontribusi signifikan terhadap stabilitas mental individu. Salsabila & Damaiyanti (2021) juga menekankan bahwa dukungan lingkungan kerja yang kondusif dapat memperkuat ketahanan mental dan mempertahankan kualitas hidup pada profesi berisiko tinggi.

Homogenitas profesi dan lokasi kerja responden dalam penelitian ini turut memperkuat hubungan tersebut. Dukungan kolegal antar guru di lingkungan kerja yang sama memungkinkan terbentuknya solidaritas sosial dan efikasi kolektif dalam menghadapi banjir. Hidayat et al. (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu determinan utama kualitas hidup sekaligus faktor protektif terhadap kecemasan. Dengan demikian, kualitas hidup dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai mekanisme protektif psikologis yang berperan dalam menekan tingkat kecemasan guru di wilayah rawan bencana.

Implikasi dari penelitian ini menunjukkan bahwa upaya menjaga kesehatan mental guru tidak hanya dilakukan melalui skrining kecemasan, tetapi juga melalui peningkatan kualitas hidup secara komprehensif. Intervensi dapat berupa penguatan dukungan institusi, penyediaan fasilitas sekolah yang adaptif terhadap banjir, serta program peningkatan resiliensi dan manajemen stres (Army et al., 2023; Niman et al., 2022).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain *cross sectional* tidak dapat menjelaskan hubungan kausal antara kualitas hidup dan kecemasan, sehingga hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu pengukuran. Kedua, penggunaan instrumen berbasis kuesioner *self-report* berpotensi menimbulkan bias subjektivitas responden. Ketiga, penelitian hanya dilakukan pada satu kelurahan dengan jumlah sampel terbatas, sehingga generalisasi hasil ke wilayah lain perlu dilakukan dengan hati-hati. Keempat, faktor lain yang berpotensi memengaruhi kecemasan seperti kondisi ekonomi keluarga, riwayat gangguan psikologis, dan tingkat keparahan dampak banjir tidak dianalisis secara mendalam.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal untuk melihat dinamika kualitas hidup dan kecemasan dalam jangka waktu yang lebih panjang, serta mempertimbangkan variabel mediasi seperti resiliensi dan dukungan sosial.

KESIMPULAN

Meninjau dari hasil analisis, penelitian ini menyimpulkan keberadaan hubungan negatif signifikan dan moderat kualitas hidup dengan tingkat kecemasan pada guru di daerah rawan banjir Kelurahan Lempake ($p = 0,007$; $r = -0,445$), yang menunjukkan bahwa semakin stabil kualitas hidup seorang guru, maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan saat menghadapi bencana. Temuan ini memberikan kontribusi teoretis bahwa kualitas hidup berperan sebagai mekanisme pertahanan psikologis (*psychological buffer*) yang memungkinkan tenaga pendidik tetap menjalankan fungsi profesionalnya meskipun berada di bawah tekanan lingkungan yang tidak stabil. Dengan demikian penelitian ini menegaskan bahwa resiliensi guru di wilayah terdampak banjir tidak hanya bergantung pada mitigasi fisik, tetapi lebih pada penguatan aspek kesejahteraan holistik yang mampu mengubah kecemasan patologis menjadi respons adaptif. Oleh karena itu, penguatan dukungan sosial dan kebijakan sekolah yang adaptif menjadi kunci utama dalam menjaga stabilitas mental guru guna menjamin keberlangsungan pendidikan di daerah rawan bencana.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang tulus kepada banyak pihak yang sudah memberi dukungan luar biasa didalam penyelesaian penelitian ini. Secara khusus juga ucapan terima kasih diberikan pada Dosen Pembimbing yang sudah meluangkan waktunya, memberi bimbingan intelektual, serta arahan yang berharga selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini selesai. Terima kasih juga pada pimpinan dan seluruh staf di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur atas dukungan administratif dan fasilitas akademik yang memadai. Selain itu, apresiasi setinggi-tingginya diberikan kepada seluruh responden, khususnya para guru di Kelurahan Lempake, yang sudah mau meluangkan waktu dan membagikan informasi di tengah tantangan lingkungan yang ada. Terakhir, terima kasih disampaikan kepada keluarga dan rekan-rekan sejawat yang selalu mendukung secara moral dan motivasi bagi penulis didalam merampungkan karya ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N., & Nooratri, E. D. (2022). Gambaran tingkat kecemasan warga daerah rawan banjir di Dusun Trobakal Desa Karangrejo, Kecamatan Arjosari, Kabupaten Pacitan. *Jurnal Keperawatan Duta Medika*, 2(2), 66–71.
- Army, A., Organisation, F. R., Certe, C., Chin, S., Representative, U., Unhcr, H., Hishammuddin, M. A. H., Ling, G. H. T., Chau, L. W., Ho, C. S., Ho, W. S., Idris, A. M., van Meijl, H., Smeets, E., van Dijk, M., Powell, J., Tabeau, A., Bos, H., Annevelink, B., ... Chraif, M. (2023). Gambaran tingkat kecemasan orang dewasa yang belum menjalani vaksinasi covid-19. In *Accident Analysis and Prevention* (Vol. 183, Issue 2).
- BNPB. (2024). IRBI Indeks Resiko Bencana Indonesia. *Buku Antenatal Care Moi Kintal*, 03, 1–184.
- Efastri, S. M., Wahyu Erianti, R., & Miftachul Hudha, A. (2023). Persepsi guru terhadap mitigasi bencana banjir bagi anak usia dini di TK Pembina Kampar. *Jurnal Pelita PAUD*, 7(2), 440–444. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v7i2.3089>
- Fitriani, D. R., Damaiyanti, M., & Muflihatin, S. K. (2019). *The relation between knowledge and experience of facing flood toward the anxiety level of head families in the flood-prone areas*. 1(3), 120–127.
- Fu, Q., & Zhang, X. (2024). Promoting community resilience through disaster education: Review of community-based interventions with a focus on teacher resilience and well-being. *PLoS ONE*, 19(1 January), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0296393>
- Hidayat, F. S., Priambodo, A. P., Nurhakim, F. (2020). *Gambaran kualitas hidup masyarakat*

- korban banjir*. 3(3), 181–190.
- Mayasari, E. D., Evanjeli, L. A., Anggadewi, B. E. T. A., & Purnomo, P. (2022). Kesehatan mental guru sekolah dasar selama mengajar daring. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi (Journal)*, 6(1), 33–41.
- Meliana, R. A. D., Oktaviyanti, T., & Yuliadi, I. (2023). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup mahasiswa kedokteran akibat pandemi covid-19 di Fakultas Kedokteran UNS Angkatan 2018. *Medical Science and Hospital Management Journal*, 1(2), 27–34.
- Nazmi, A. N., Toga, E., & Firdaus. (2025). Hubungan kepatuhan minum obat dengan kecemasan dan kualitas hidup pasien tb paru. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 10(1), 168–175.
- Nilam Wulandari. (2021). *Gambaran kecemasan keluarga pada penanganan kegawatdaruratan di UGD Pukesmas Pangkur*.
- Niman, S., Tania, H., & Wijaya, Y. M. (2022). *Gambaran tingkat kecemasan remaja sekolah menengah pertama yang tinggal di daerah rawan banjir*. 4(2), 304–310.
- Ramadhan, M. A., & Achmad, N. (2025). *Kompetensi terhadap kinerja karyawan studi kasus PT Anabatic Technologies Tbk*. 14, 2840–2852. <https://doi.org/10.34127/jrlab.v14i2.1698>
- Salsabila, B., & Damaiyanti, M. (2021). *Analisis faktor stress yang berhubungan dengan kualitas hidup wanita di daerah banjir Perumahan Bengkuring Kelurahan Sempaja Timur*. 2(3), 1584–1591.
- SamarindaPos. (2024). SDN 013 Lempake Kembali Terendam Banjir Lumpur, Halaman Sekolah Licin, Siswa Terancam Keselamatannya. *Sapos.Co.Id by Samarinda Pos*.
- Sekarwiri, E. (2008). Hubungan antara Kualitas Hidup dan Sense of Community pada Warga DKI Jakarta yang Tinggal di Daerah Rawan Banjir. *Skripsi*, 1–76.
- Setyananda, T. R., Indraswari, R., & Prabamurti, P. N. (2021). Tingkat kecemasan (state-trait anxiety) masyarakat dalam menghadapi pandemi covid-19 di Kota Semarang. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia (FKM Undip)*, 20(4), 251–263. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.4.251-263>
- Shafa, M. D., Baig, S., & Begum, A. (2025). *Natural disasters and teachers ' well-being : An intervention model for improving the occupational well-being of teachers in a post-disaster situation*. 3(1), 1–18.
- Spielberger. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory STAI (“ self-evaluation questionnaire”)*.
- Sudarsono, G. R., Haq, A. H. B., & Pratiwi, R. (2022). *Hubungan kecemasan terhadap kualitas hidup mahasiswa UMKT tahun pertama*.
- Sufi, W., & Efastri, S. M. (2023). Strategi kepala sekolah dalam meningkatkan kreativitas guru di TK At-Tiin Kampar. *Jurnal Pelita PAUD*, 7(2), 445–450. <https://doi.org/10.33222/pelitapaud.v7i2.3108>
- Sunny, S., & Setyowati, S. (2020). Terpaan banjir berhubungan dengan tingkat kecemasan pada masyarakat korban bencana. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 577–586.
- UNDRR. (2022). *Global natural disaster assessment report*.
- WHO. (1995). WHOQOL-BREF : introduction, administration, scoring and generic version of the assessment : field trial version, December. In *World Health Organization* (pp. 1–16).
- WHO. (1998). Programme On Mental Health Whoqol User Manual. *WORLD HEALTH ORGANIZATION*, 1039–1052. https://doi.org/10.1007/978-3-031-20999-4_74
- WHOQOL-BREF. (1996). *WHOQOL-BREF: Pendahuluan, Administrasi, Penilaian dan Versi Umum Asesmen*.
- WorldRiskReport. (2024). *WorldRiskReport 2024 Focus: Multiple Crises. September*.