

Kecemasan Petani Kelapa Sawit di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung Tahun 2024: Studi Pendahuluan

Nabyly Aghna Bachtiar¹, Fitria Saftarina², Ratri Mauluti Larasati³, Dian Isti Angraini²

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

²Bagian Ilmu Kedokteran Komunitas dan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

³Bagian Biokimia, Biomolekular, dan Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Abstrak

Sebagai produsen kelapa sawit terbesar di dunia, Indonesia memiliki tanggung jawab besar terhadap kesejahteraan petani, termasuk aspek kesehatan mental yang masih menjadi permasalahan hingga saat ini. Petani dihadapkan oleh berbagai tekanan pekerjaan yang berpotensi memicu gangguan psikologis, khususnya kecemasan. Kecemasan yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak pada menurunnya konsentrasi kerja dan produktivitas. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kecemasan yang dialami oleh petani kelapa sawit di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji, Lampung. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan teknik purposive sampling dalam pemilihan sampel. Sebanyak 109 petani kelapa sawit menjadi responden dalam penelitian ini, dan data yang diperoleh kemudian dianalisis distribusi frekuensinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 14,7% petani mengalami gejala kecemasan, dengan rincian 11,9% mengalami kecemasan ringan dan 2,8% mengalami kecemasan sedang. Tidak ditemukan kasus kecemasan berat di antara responden. Meskipun angka kecemasan yang diperoleh dalam penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, hal ini tetap perlu mendapat perhatian serius. Temuan ini menegaskan pentingnya upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kesejahteraan mental petani. Oleh karena itu, diperlukan program promosi kesehatan mental yang lebih intensif guna meningkatkan pemahaman petani mengenai strategi manajemen stres. Dengan demikian, diharapkan petani dapat menjaga kesejahteraan psikologis mereka, yang pada akhirnya akan mendukung peningkatan produktivitas dalam sektor pertanian kelapa sawit di Indonesia.

Kata Kunci : Kecemasan, kesehatan mental, petani kelapa sawit

Preliminary Study on Anxiety Levels Among Palm Oil Farmers in Simpang Pematang District, Mesuji Regency-Lampung Province (2024)

Abstract

As the world's largest palm oil producer, Indonesia bears a significant responsibility for the well-being of its farmers, including mental health aspects, which remain a pressing issue. Farmers face various occupational pressures that have the potential to trigger psychological disorders, particularly anxiety. Poorly managed anxiety can lead to decreased concentration and productivity. This study aims to describe the anxiety levels experienced by palm oil farmers in Simpang Pematang District, Mesuji Regency, Lampung. A cross-sectional design was employed in this study, utilizing purposive sampling for sample selection. A total of 109 palm oil farmers participated as respondents, and the collected data were analyzed using frequency distribution. The results indicate that 14.7% of farmers exhibited symptoms of anxiety, with 11.9% experiencing mild anxiety and 2.8% experiencing moderate anxiety. No cases of severe anxiety were found among the respondents. Although the overall anxiety level identified in this study was lower than in previous research, it remains a matter of concern. These findings highlight the necessity of continuous efforts to enhance the mental well-being of farmers. Therefore, a more intensive mental health promotion program is required to improve farmers' understanding of stress management strategies. By doing so, farmers are expected to maintain their psychological well-being, ultimately contributing to increased productivity in Indonesia's palm oil agricultural sector.

Keywords: Anxiety, mental health, palm oil farmer

Korespondensi: Nabyly Aghna Bachtiar, Jl. Abdul Muis V Blok Meneng No. 1A Gedung Meneng, Rajabasa, Bandar Lampung, HP 081289885940, e-mail: nabyly.ny.009@gmail.com

Pendahuluan

Cemas atau sering disebut anxietas menurut Nevid et al., dalam Nugraha (2020) adalah perasaan khawatir, takut akan suatu penyebabnya yang tidak pasti. Kecemasan adalah reaksi yang wajar terhadap suatu hal

yang dianggap mengancam, namun cemas menjadi tidak wajar apabila reaksi dan kemunculannya tidak tepat, baik dari intensitas maupun tingkatan gejalanya¹.

Roberge et al., dalam Rahmawati (2022) menjelaskan bahwa gangguan kecemasan

adalah suatu kondisi yang ditandai dengan rasa cemas, takut, gelisah, dan khawatir yang berlebihan serta tidak terkendali dalam kehidupan sehari-hari tanpa alasan yang jelas. Kondisi ini pada akhirnya dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti bekerja, bersekolah, dan berkehidupan sosial. Orang dengan gangguan kecemasan cenderung untuk selalu berpikir buruk atau memiliki pola pikir yang terdistorsi, misalnya merasa bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi pada dirinya dan tidak bisa berhenti cemas terhadap pekerjaan dan aspek-aspek penting lainnya, sehingga kehidupan sehari-hari didominasi dengan rasa khawatir dan ketakutan yang berlebihan².

Beberapa ahli psikologi berpendapat bahwa penyebab utama kecemasan dapat berbeda-beda bergantung pada sudut pandang dalam menganalisa apa yang melatarbelakangi individu bisa mengalami kecemasan¹. Kecemasan dan depresi menjadi dua keluhan utama yang sering muncul karena stres. Respon stres ini terjadi sebagai akibat dari berbagai tuntutan pekerjaan, beban kerja, serta stresor lingkungan. Meskipun tekanan yang dialami dapat bervariasi, beberapa masalah stres kerja bersifat universal di berbagai jenis pekerjaan³.

Sebagai akibat dari stres pekerjaan maupun masalah personal dengan keluarga dan masyarakat, populasi petani dapat mengalami berbagai macam gangguan psikologi. Petani sering mengalami stres, kecemasan, dan depresi sebagai akibat dari faktor-faktor seperti ketidakpastian cuaca, fluktuasi harga komoditas, serta gagal panen yang menyebabkan kerugian secara finansial. Beberapa prediktor masalah psikologis lainnya pada petani yaitu: gender, riwayat penyakit sebelumnya, penggunaan pestisida, jam kerja yang panjang, konflik interpersonal, penyalahgunaan alkohol, beban kerja yang tinggi, faktor cuaca, dan perhatian akan masa depan pertanian^{4,5}.

Seiring dengan perubahan struktur dan ekonomi dalam bidang pertanian, stres pekerjaan atau okupasional pada petani yang berupa lingkungan fisik, struktur keluarga, ekonomi pertanian, birokrasi serta masalah lainnya semakin memburuk. Hal ini dapat berbahaya bagi kesehatan mental petani⁵.

Padahal, kesehatan mental petani sangatlah penting untuk produktivitas pertanian dan kesejahteraan petani itu sendiri⁴. Rendahnya kesejahteraan ini masih menjadi permasalahan di Indonesia selain masalah pemodalan, akses ke lembaga pembiayaan, akses pasar, daya saing, kekuatan hukum dan sosial, serta kelestarian lingkungan⁶.

Di lain sisi, Indonesia merupakan produsen minyak sawit terbesar secara global dengan kontribusi sekitar 58% dari total produksi *Crude Palm Oil* (CPO) dunia. Tidak hanya soal produksi, Indonesia juga menjadi pemimpin eksportir CPO dunia dengan menyumbang 56% dari total ekspor CPO global. Indonesia masih menjadi episentrum negara produsen dan eksportir minyak sawit dunia serta menjadi tumpuan dalam dinamika pembentukan harga CPO dunia karena mempunyai *magnitude* dalam sisi *supply* dan sisi *demand*. Indonesia juga dinobatkan sebagai negara eksportir minyak sawit terbesar dengan kontribusi nilai ekspor mencapai USD 26 miliar pada tahun 2022, disusul oleh Malaysia, Belanda, dan Thailand secara berurutan⁷.

Berdasarkan narasi di atas, penting bagi Indonesia untuk memerhatikan kesejahteraan petaninya, termasuk dalam sektor kelapa sawit terlebih dengan predikat produsen nomor satu dunia yang dimilikinya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meninjau bagaimana gambaran kondisi kesehatan mental petani khususnya pada masalah kecemasan petani kelapa sawit di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan desain *cross sectional* yaitu dengan cara pengukuran dilakukan pada satu waktu yang sama. Penelitian ini dilakukan pada bulan September sampai dengan Desember 2024 di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung. Dalam penelitian ini digunakan metode *purposive sampling* dalam pengambilan 109 orang sebagai responden dengan kriteria inklusi yang ditetapkan adalah petani kelapa sawit berjenis kelamin laki-laki. Variabel dalam penelitian ini adalah kecemasan.

Proses pengambilan data dimulai dengan melakukan pengisian lembar kuesioner yang didahului dengan penjelasan terkait maksud dan tujuan penelitian serta menandatangani lembar persetujuan keikutsertaan dalam penelitian. Kuesioner terdiri atas identitas responden dan kuesioner *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) untuk menilai adanya gejala kecemasan. Kuesioner ini terdiri atas tujuh item pertanyaan yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya dalam bahasa Indonesia⁸.

Data yang terkumpul kemudian diolah menggunakan aplikasi pengolahan data statistik untuk dianalisis menggunakan uji univariat dalam menentukan distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada petani kelapa sawit di kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, karakteristik responden dalam penelitian ini dilihat berdasarkan usia dan tingkat pendidikannya. Responden yang terlibat sebanyak 109 orang petani kelapa sawit di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung dengan jenis kelamin laki-laki. Rentang usia responden berkisar antara 18 hingga 74 tahun dan didominasi oleh usia antara 28 sampai 37 tahun yaitu sebanyak 29,4%. Tingkat pendidikan responden bervariasi dengan mayoritas telah lulus SMA/Sederajat yakni sebanyak 29,4%.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Usia (tahun)		
18 – 27	13	11,9
28 – 37	32	29,4
38 – 47	22	20,2
48 – 57	20	18,3
58 – 67	20	18,3
68 – 74	2	1,8
Tingkat Pendidikan		
Tak Lulus SD/Sederajat	25	22,9
Lulus SD/Sederajat	25	22,9
Lulus SMP/Sederajat	20	18,3
Lulus SMA/Sederajat	32	29,4
Lulus Perguruan Tinggi	7	6,4

Penilaian kecemasan pada penelitian ini menggunakan kuesioner *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) yang dikelompokkan menjadi kategori normal, kecemasan ringan,

kecemasan sedang, dan kecemasan berat. Menurut pertimbangan klinis, variabel ini kemudian dikategorikan menjadi tidak bergejala atau normal dan bergejala (kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 14,7% responden memiliki gejala kecemasan yang didominasi oleh kecemasan ringan sebanyak 11,9% disusul oleh kecemasan sedang sebanyak 2,8%. Dalam penelitian ini didapatkan tidak ada satu pun responden yang memiliki kecemasan berat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kecemasan

Kecemasan	n	%
Klasifikasi GAD-7		
Normal	93	85,3
Kecemasan ringan	13	11,9
Kecemasan sedang	3	2,8
Kecemasan berat	0	0
Pertimbangan klinis		
Tidak bergejala	93	85,3
Bergejala	16	14,7

Selain digunakan untuk melihat tingkat kecemasan pada responden, hasil dari pengisian lembar kuesioner *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) oleh responden pun diuraikan pada tabel 3 untuk dilakukan analisis. Sebagaimana tertera pada Tabel 3, jawaban yang diberikan oleh responden dengan gejala kecemasan baik tingkat ringan maupun sedang. Tabel ini menunjukkan bagaimana gambaran masalah yang dialami petani dengan gejala kecemasan dalam dua minggu terakhir dari saat penelitian yang menggambarkan kecemasan.

Dari jawaban yang diberikan pada kuesioner GAD-7 terlihat bahwa sebagian besar petani di Kecamatan Simpang Pematang, Kabupaten Mesuji-Lampung yang memiliki gejala kecemasan (68,7%) merasa terlalu khawatir tentang berbagai hal. Setengah responden dengan kecemasan ini pun merasa gugup, cemas, atau gelisah serta kesulitan untuk merasa tenang/relaks dalam beberapa hari. Dalam beberapa hari pada 2 minggu tersebut juga didapatkan bahwa sebanyak 37,5% responden merasa sulit untuk mengontrol rasa khawatirnya, bahkan hampir setiap hari merasa takut sesuatu yang buruk akan terjadi. Tidak sedikit pula dari responden

dengan gejala kecemasan ini yang bahkan merasa begitu gelisah hingga sulit untuk duduk diam dalam beberapa hari pada periode tersebut, yakni sebanyak 31,2%.

Tabel 3. Penjabaran Hasil Kuesioner *Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7)*

No	Dalam dua minggu terakhir ini, seberapa sering anda mengalami masalah berikut?	Tidak sama sekali	Beberapa hari saja	Lebih dari 7 hari	Hampir setiap hari	Total
1	Merasa gugup, cemas atau gelisah	4 (25%)	8 (50%)	3 (18,7%)	1 (6,2%)	16
2	Sulit mengontrol rasa khawatir	7 (43,7%)	6 (37,5%)	2 (12,5%)	1 (6,2%)	16
3	Terlalu khawatir tentang berbagai hal	0 (0%)	11 (68,7%)	4 (25%)	1 (6,2%)	16
4	Kesulitan untuk merasa tenang/relaks	5 (31,2%)	8 (50%)	1 (6,2%)	2 (12,5%)	16
5	Merasa begitu gelisah hingga sulit untuk duduk diam	6 (37,5%)	5 (31,2%)	2 (12,5%)	3 (18,7%)	16
6	Mudah merasa terganggu atau tersinggung	11 (68,7%)	4 (25%)	0 (0%)	1 (6,2%)	16
7	Merasa takut sesuatu yang buruk akan terjadi	3 (18,7%)	5 (31,2%)	2 (12,5%)	6 (37,5%)	16

Pembahasan

Petani sering kali menghadapi masalah psikologis, termasuk stres, kecemasan, dan depresi. Penelitian menunjukkan bahwa faktor utama yang menyebabkan stres pada petani adalah ketidakpastian cuaca, fluktuasi harga komoditas, dan beban pekerjaan yang berat. Ketiga faktor tersebut memengaruhi kondisi psikologis petani, yang akhirnya berdampak pada penurunan produktivitas fisik dan mental mereka⁴. Banyaknya stresor pada petani ini lah yang mungkin menjadi sumber kekhawatiran pada responden, sehingga didapatkan sebagian besar petani dengan gejala kecemasan merasa terlalu khawatir tentang berbagai hal bahkan sebagiannya sulit mengontrol rasa khawatir dan hampir setiap hari merasa takut sesuatu yang buruk akan terjadi.

Gangguan kecemasan umum sering terjadi pada populasi pertanian. Dalam sebuah penelitian pada petani muda di Iowa, Kansas, Dakota Utara, dan Wisconsin, didapatkan sebanyak 71% petani memenuhi kriteria untuk gangguan tersebut⁹. Penelitian lainnya di Midwest, Amerika Serikat mendapatkan 27% petani memenuhi kriteria yang sama¹⁰.

Jika dibandingkan dengan penelitian di atas, penelitian ini hanya mendapatkan sebanyak 14,7% petani kelapa sawit yang mengalami gejala kecemasan. Angka ini di satu sisi dapat disyukuri karena karena cukup rendah dibandingkan penelitian lainnya, namun hal ini tentu tidak dapat dianggap sepele.

Kecemasan dapat menjadi awal untuk mendiagnosa beberapa gangguan kepribadian lainnya. Walau pun kecemasan seringkali bukan suatu hal yang berat, pada beberapa kondisi hal ini tidak bisa dianggap ringan pula. Seseorang yang sedang mengalami kecemasan bisa mengalami kehilangan konsentrasi dan kurang optimal dalam mengerjakan sesuatu¹.

Selain itu, jika dibandingkan dengan tingkat kecemasan global pada tahun 2019 sebanyak 4,05%, penelitian ini mendapatkan proporsi sebanyak lebih dari tiga kali lipat¹¹. Hal ini tentu menambah urgensi akan pentingnya memerhatikan kesehatan mental petani khususnya pada masalah kecemasan.

Terlebih dengan kenyataan bahwa sektor pertanian dihadapkan pada masalah terkait kurang optimalnya peran pelayanan komunitas dan kesehatan jiwa. Oleh karena itu, promosi kesehatan mental yang intensif sangat dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan petani tentang cara mengelola stres dan membentuk pola pikir seimbang. Melalui pemikiran yang lebih baik tentang kesehatan mental, diharapkan petani mampu menjaga kesejahteraan psikologis mereka, yang pada akhirnya akan mendukung produktivitas pertanian⁴.

Simpulan

Sebagian petani kelapa sawit di Kecamatan Simpang Pematang Kabupaten Mesuji-Lampung memiliki gejala kecemasan,

yakni sebanyak 14,7%. Mayoritas petani dengan gejala kecemasan tergolong dalam tingkat kecemasan ringan yaitu 11,9%, disusul oleh kecemasan sedang yaitu sebanyak 2,8%. Tidak ada satu pun petani kelapa sawit yang mengalami kecemasan berat. Mayoritas petani dengan gejala kecemasan ini merasa terlalu khawatir tentang berbagai hal. Meskipun angka kecemasan yang diperoleh dalam penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan penelitian sebelumnya, hal ini tetap perlu mendapat perhatian serius. Temuan ini menegaskan pentingnya upaya berkelanjutan dalam meningkatkan kesejahteraan mental petani seperti program promosi kesehatan mental yang lebih intensif guna meningkatkan pemahaman petani mengenai strategi manajemen stres. Dengan demikian, diharapkan petani dapat menjaga kesejahteraan psikologis mereka, yang pada akhirnya akan mendukung peningkatan produktivitas dalam sektor pertanian kelapa sawit di Indonesia.

Daftar Pustaka

1. Dedy Nugraha A. Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*. 2020;2(1):1–22.
2. Rahmawati R. Menurunkan Gejala Kecemasan pada Gangguan Kecemasan Umum dengan Cognitive Therapy. *Procedia : Studi Kasus dan Intervensi Psikologi*. 2022 Sep 30;10(4):103–7.
3. Quick JC, Henderson DF. Occupational Stress: Preventing Suffering, Enhancing Wellbeing. *Int J Environ Res Public Health*. 2016 May 1;13(459):1–11.
4. Sari N, Resmiati H. Konsep Kesehatan Mental Petani di Indonesia. *ISTISYFA : Journal of Islamic Guidance and Counseling*. 2024;3(1):509–19.
5. Sulistyono RE, Tristiana RD. Masalah Kesehatan Mental pada Petani dan Peran Caring Perawat Kesehatan Agrikultural di Komunitas: Review Artikel. In: *Sci JNC* 9. 2019. p. 1–18.
6. Nuswardani N. Protection and Empowerment of Salt Farmers in Madura. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. 2019;203:313–6.
7. Sulaiman AA, Djufry F, Syamsuri P, Setiyanto. Adi, Bahrin. Abd H, Hendrawati D, et al. Sawit Indonesia dalam *Dinamika Pasar Dunia*. 2024.
8. Laksmi OD, Chung MH, Liao YM, Chang PC. Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Indonesian adolescent disaster survivors: A psychometric evaluation. *PLoS One*. 2020;15(3):1–12.
9. Rudolphi JM, Berg EL, Parsaik A. Depression, Anxiety and Stress Among Young Farmers and Ranchers: A Pilot Study. *Community Ment Health J*. 2020;56(1):126–34.
10. Bjornestad A, Cuthbertson C, Hendricks J. An analysis of suicide risk factors among farmers in the midwestern United States. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Apr 1;18(7).
11. Javaid SF, Hashim IJ, Hashim MJ, Stip E, Samad MA, Ahbabi A Al. Epidemiology of anxiety disorders: global burden and sociodemographic associations. *Middle East Current Psychiatry*. 2023 Dec 1;30(1).