

**COVID-19
(KECEMASAN DAN KETEGARAN DALAM
MASYARAKAT MILENIAL DI BANDA ACEH)**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

DEA ANANDA
NIM. 170304014

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat
Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam



**FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
DARUSSALAM-BANDA ACEH
2022 M – 1443 H**

**COVID-19
(KECEMASAN DAN KETEGARAN DALAM
MASYARAKAT MILENIAL DI BANDA ACEH)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh
Sebagai Beban Studi untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Dalam Program Studi Aqidah Dan Filsafat Islam

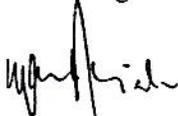
Diajukan Oleh :

DEA ANANDA
NIM. 170304014

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin Dan Filsafat
Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam

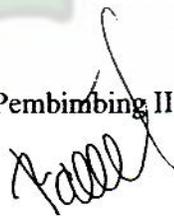
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Prof. Dr. Syamsul Rijal, M.Ag
NIP. 196309301991031002

Pembimbing II



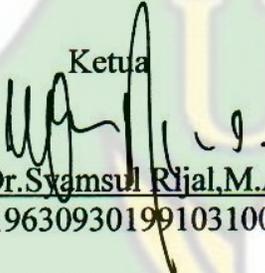
Raina Wildan, S.Fil.,MA
NIDN. 2123028301

SKRIPSI

Telah Diuji oleh Penguji Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry dan
Dinyatakan Lulus dan Diterima sebagai Salah Satu Beban Studi
Program Strata Satu (S-1) dalam Ilmu Ushuluddin dan Filsafat
Prodi Aqidah dan Filsafat Islam

Pada hari/tanggal : Kamis, 26 juli 2022 M
27 Zuhijjah 1442 H

Ketua


Prof. Dr. Syamsul Rijal, M. Ag
NIP.196309301991031002

Sekretaris


Raina Wildan, S. Fil., MA
NIP.2123028301

Anggota I


Ernita Dewi, S. Ag., M. Hum
NIP.197307232000032002

Anggota II


Dr. Syarifuddin, S. Ag., M. Hum
NIP.197212232007101001

Mengetahui:

Fakultas Ushuluddin dan Filsafat
UIN Ar-Raniry Darussalam-Banda Aceh



Dr. Abd. Wahid, S. Ag., M. Ag
NIP.19620992000031001

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini :

Nama : Dea Ananda
NIM : 170304014
Jenjang : Strata Satu (S1)
Program Studi : Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Naskah Skripsi yang berjudul “Covid-19 (Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Milenial di Banda Aceh)”, secara keseluruhan adalah hasil penelitian karya sendiri kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.



Banda Aceh, Mei 2022
Yang menyatakan,

Dea Ananda
NIM. 170304014

ABSTRAK

Nama/NIM : Dea Ananda/170304014
Judul : Covid-19 (Kecemasan Dan Ketegaran Dalam Masyarakat Milenial Di Banda Aceh)
Tebal Skripsi : 61
Prodi : Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam
Pembimbing I : Prof. Dr. Syamsul Rijal, M.Ag
Pembimbing II : Raina Wildan, S.Fil.,MA

Masyarakat Aceh dalam menghadapi pandemi Covid-19 dapat berupa ujian, musibah atau azab. Masifnya penyebaran informasi mengenai Covid-19 di dunia maya memunculkan berbagai persepsi masyarakat yang ada. Rumusan masalah penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana paradigma, kecemasan masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana cara masyarakat menghilangkan sikap kecemasan dan meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19. Untuk mendeskripsikan bagaimana paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19. dan untuk mendeskripsikan cara masyarakat menghilangkan sikap kecemasan dan meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19. Metode penelitian ini penelitian kualitatif. Menggunakan penelitian lapangan (*field research*), penelitian lapangan yang dilakukan dalam ruang lingkup yang sebenarnya. Informan penelitian terdiri dari tokoh masyarakat, tokoh agama dan warga. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Paradigma masa pandemi Covid-19, generasi millennial di Gampong Ateuk Munjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh tidak hanya beradaptasi dengan rutinitas sehari-hari, tetapi juga memberdayakan diri dalam berbagai ide kreatif dan memanfaatkan teknologi yang melekat pada generasi mereka.. Cara masyarakat milenial mengatasi kecemasan dalam masa pandemi Covid-19 yaitu melakukan ritual ibadah, meningkatkan imun tubuh dengan tetap berfikiran positif dan olahraga hal ini sebagai upaya dalam menurunkan kecemasan pada masa pandemi Covid-19 dan selalu bertawakkal kepada Allah Swt.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyusun skripsi sebagai tugas akhir dengan judul COVID-19 (KECEMASAN DAN KETEGARAN DALAM MASYARAKAT MILENIAL DI BANDA ACEH). Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat mencapai gelar Sarjana Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Penulis sepenuhnya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan serta dorongan dari berbagai pihak penulisan skripsi ini tidak dapat diselesaikan. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Prof. Dr. Syamsul Rijal, M.Ag selaku pembimbing I, yang dengan segala keikhlasan serta kesabarannya bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan pengarahan, ilmu, dorongan, serta bimbingan yang sangat berarti selama proses menempuh proses pendidikan pada Program Studi qidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
2. Raina Wildan, S.Fil.I., MA selaku pembimbing II, yang pada kesibukannya juga menyempatkan diri untuk memberikan bimbingan dan pengarahan sebaik mungkin sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan

mencurahkan pemikiran dalam membimbing penulis menyelesaikan karya tulis ini.

3. Kepada orang tua dan keluarga tercinta yang tiada henti selalu memberikan kasih ng, motivasi dan dukungannya.
4. Teman-teman seperjuangan Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin dan Filsafat Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, saran dan kritik yang bersifat membangun selalu diharapkan demi kebaikan dan kesempatan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat. Sesungguhnya penulis tidak sanggup membalas semua kebaikan dan dorongan semangat yang telah keluarga, bapak, ibu dan kawan-kawan berikan. Semoga Allah *subhaanahuwata'aala* membalas semua kebaikan ini. Aamiin.

Banda Aceh, 30 Mei 2021
Penulis,

Dea Ananda

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBARAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN SIDANG	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	4
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Pustaka.....	6
B. Kerangka Teori.....	10
C. Definisi Oprasional.....	12
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Lokasi Penelitian	14
B. Jenis Penelitian	14
C. Informan Penelitian	14
D. Sumber Data	15
E. Teknik Pengumpulan Data	15
F. Teknik Analisis Data	16
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	14
B. Paradigma Masyarakat Milenial dalam Menghadapi Covid-19.....	14
C. Kecemasan Masyarakat terhadap Covid-19	14
D. Meningkatkan Ketegaran Masyarakat terhadap Covid-19.....	15
E. Analisis Penulis	15

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	14
B. Saran.....	14

DAFTAR PUSTAKA	16
----------------------	----

LAMPIRAN

RIWAYAT HIDUP



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pandemi Covid-19 yang sudah menyebar ke seluruh dunia pada awalnya muncul di Wuhan, Provinsi Hubei, China pada bulan Desember 2019. Covid-19 telah menyebar dengan agresif ke seluruh belahan dunia sehingga menyebabkan kekhawatiran global yang tak dapat dihindari. Virus dengan tingkat penularan yang begitu cepat itu telah terjangkit di berbagai negara di dunia, termasuk Indonesia.

Masuknya wabah Corona ke Indonesia diketahui sejak bulan Maret 2020. “Pada hari Senin tanggal 2 Maret 2020 Presiden Jokowi menyampaikan data bahwa sudah terdapat dua orang warga Indonesia yang terdeteksi Covid-19, setelah warga tersebut melakukan kontak secara langsung dengan warga Jepang yang datang ke Indonesia. Selanjutnya Covid -19 ini menyebar keseluruh pelosok tanah air, termasuk salah satunya provinsi Aceh.”¹

Provinsi Aceh juga terkena pandemi Covid-19 tersebut. “Masyarakat yang terkena Covid-19 tersebut sudah digolongkan dalam kategori positif, negatif, ODP, PDP dan bahkan ada yang sudah meninggal akibat pandemi Covid-19. Jubir Jufrih Abdulgani mengimbau agar setiap ODP dalam pemantauan

¹Dinas Kesehatan Aceh, Gerak Cepat Aceh Hadapi Corona, Banda Aceh, <https://dinkes.acehprov.go.id/news/read/2020/03/14/381/gerak-cepat-aceh-hadapi-co-rona.html>, diakses tanggal 29 Mei 2022 pukul 11:45 WIB.

wajib disiplin menjalani prosedur isolasi mandiri, hingga masa pemantauan berakhir. Sementara itu jumlah PDP sebanyak 41 orang, seperti dalam rilis sebelumnya, dan 5 orang sedang dalam perawatan. Pada akhirnya pandemi juga menyebar keseruh kabupaten kota di Aceh salah satunya Kota Banda Aceh.”¹

Di Kota Banda Aceh, “berdasarkan Informasi dari Dinas Kesehatan, status ODP Corona di Banda Aceh menunjukkan tren meningkat. Ada penambahan 35 ODP dari angka sebelumnya pada 29 Maret 2020, sebanyak 107 orang. 27 orang selesai dalam pemantauan, dan kini sisa 115 dari seluruh kecamatan di Banda Aceh. Berdasarkan informasi terbaru dari Dinas Kesehatan Aceh yang dirilis di websiteresminya, Kota Banda Aceh menjadi daerah yang paling dominan terkait dengan ODP Covid-19. Senin 30 Maret 2020, total ODP telah mencapai 620 orang yang tersebar di kabupaten/kota di Aceh.”²

Covid-19 yang tersebar diseluruh kota Banda Aceh sudah membuat masyarakat semakin cemas, termasuk masyarakat milenial di kecamatan Baiturrahman Banda tepat di lokasi melakukan penelitian yaitu Gampong Tandi Ateuk Meunjeng. “Berdasarkan hasil observasi awal peneliti di gampong Tandi Ateuk Meunjeng, masyarakat cemas dikarenakan Covid-19 yang berbahaya terus meningkat juga dari sisi lain adanya pembatasan sosial. Pembatasan ruang gerak ini membuat terhentinya

¹ Fauziah, Update Jumlah Kasus Corona di Indonesia, Pasien Positif 1.528, Hanya Dua Provinsi yang Nol Kasus, <https://mataram.tribunnews.com/2020/04/01/update-jumlah-kasus-corona-di-indonesia-pasien-positif-1528-hanya2-provinsi-yang-nol-kasus>, diakses tanggal 1 Juni 2022, pukul 21:00 WIB.

² *Ibid.*

aktifitas ekonomi, sosial dan Agama. Masyarakat khawatir terhentinya usaha yang menjadi sumber pendapatan untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari hari. Dari segi sosial masyarakat terputusnya silaturahmi seperti dilarang membuat khanduri pesta dan juga tidak boleh berkunjung ketempat orang meninggal yang dikarenakan covid. Disamping itu masyarakat juga cemas dengan pembatasan masyarakat menuju tempat ibadah seperti shalat berjamaah dan aktifitas keagamaan lainnya. Oleh karena itu peneliti perlu mengangkat permasalahan terkait paradigma masyarakat melinial ketika menghadapi Covid-19 dan juga cara masyarakat menghilangkan sifat kecemasan dan meningkatkan ketegaran dalam menghadapi pandemi Covid-19.”³

Sebagai seorang muslim yang mengimani takdir dan ketentuan Allah, wajib meyakini bahwa musibah wabah yang terjadi saat ini di berbagai belahan dunia merupakan takdir yang telah Allah tetapkan jauh sebelum manusia diciptakan. Namun demikian, dalam menyikapi musibah yang sedang terjadi seorang muslim hendaknya bertawakkal kepada Allah, menjaga aturan Allah, bersyukur dan bersabar, dan berikhtiar.

Setiap muslim hendaknya pasrah dan tawakkal kepada Allah atas segala sesuatu yang terjadi. Allah berfirman:

³Hanurawan, *Psikologi Sosial Terapan dan Masalah-Masalah Perilaku Sosial*. (Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang, 2011), hlm. 54

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ

شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾

Artinya: *Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu.* (QS. At-Taghabun: 11).

harus ingat apabila menjaga aturan Allah, memperhatikan perintah dan menjauhi larangan-Nya, pastilah Allah akan menjaga pula. Dalam nasihat Rasulullah kepada Ibnu ‘Abbas disebutkan:

أَحْفَظِ اللَّهَ يَحْفَظْكَ،

Artinya: *Jagalah Allah, niscaya Allah akan menjagamu.*”
(HR. Tirmidzi, Ahmad, dan Al-Hakim)

Dari Shuhaib ia berkata, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda:

عَجَبًا لِأَمْرِ الْمُؤْمِنِ إِنَّ أَمْرَهُ كُلَّهُ خَيْرٌ وَلَيْسَ ذَاكَ لِأَخَدٍ إِلَّا لِلْمُؤْمِنِ إِنْ أَصَابَتْهُ سَرَاءٌ شَكَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ وَإِنْ أَصَابَتْهُ ضَرَاءٌ صَبَرَ فَكَانَ خَيْرًا لَهُ

Artinya: *Sungguh menakjubkan keadaan seorang mukmin. Seluruhnya urusannya itu baik. Ini tidaklah didapati kecuali pada seorang mukmin. Jika mendapatkan kesenangan, maka ia bersyukur. Itu baik baginya. Jika mendapatkan*

kesusahan, maka ia bersabar. Itu pun baik baginya. (HR. Muslim).

Seorang muslim hendaknya melakukan sebab dan berbagai upaya untuk menanggulangi wabah dan musibah Covid-19 ini, baik sebab secara fisik (sebab *kauni*) maupun sebab secara *syar'i* (non fisik). Diantara upaya melakukan sebab secara fisik adalah dengan melakukan pencegahan secara individu dengan cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan ser. Hal ini dapat dilakukan dengan cara Sering mencuci tangan dengan air dan sabun dengan langkah yang benar khususnya saat baru pulang dari bepergian, sebelum dan sesudah makan, dan lain-lain. Menghindari untuk berjabat tangan secara langsung. Menjaga jarak dalam berinteraksi dengan orang lain (*physical distancing*) minimal 1,5 meter. Menutup mulut saat bersin dan batuk dengan lengan atas dan segera mencuci tangan. Menggunakan masker saat keluar rumah dan beraktifitas diluar. Sering membersihkan permukaan benda seperti meja dan kursi yang sering disentuh. Hindari berkumpul tatap muka dengan banyak orang dan menunda kegiatan bersama (*sosial distancing*)

Adapun upaya dalam menempuh sebab non fisik (sebab *syar'i*) dapat dilakukan dengan cara Meyakini bahwa Allah telah menakdirkan segala sesuatu. Allah berfirman:

الَّذِي لَهُ مُلْكُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ وَلَمْ يَتَّخِذْ وَلَدًا وَلَمْ يَكُنْ لَهُ شَرِيكٌ
فِي الْمُلْكِ وَخَلَقَ كُلَّ شَيْءٍ فَقَدَرَهُ تَقْدِيرًا ﴿١٠﴾

Artinya: *Dan Allah menciptakan segala sesuatu dan menetapkan takdirnya dengan sebenar-benarnya.* (QS. Al-Furqan: 2)

Menyempurnakan tawakal kepada Allah dan menyetorkan segala urusan kepada-Nya. Allah berfirman:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا هُوَ مَوْلَانَا وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ
الْمُؤْمِنُونَ ﴿٥١﴾

Artinya: *Katakanlah; Tidak akan menimpa kami kecuali apa-apa yang telah ditetapkan Allah menimpa kami, Dia lah penolong bagi kami. Dan kepada Allah semata hendaknya orang-orang mukmin bertawakal.* (QS. At-Taubah : 51).

Kemudia harus kembali kepada Allah dan bertaubat kepada-Nya. Menempuh sebab-sebab (upaya nyata) untuk menghindar dari wabah. Allah berfirman:

وَأَنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا إِنَّ اللَّهَ
مُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ ﴿١٩٥﴾

“*Dan janganlah kalian dengan sengaja menjerumuskan diri kalian menuju kebinasaan.*” (QS. Al-Baqarah: 195)

Berdasarkan ayat di atas dalam menghadapi kovid-19 semestinya bersungguh-sungguh dalam mengambil informasi yang berkaitan dengan wabah ini dari sumber-sumber yang terpercaya dan ahli pada bidangnya. Bersungguh-sungguh dalam berdoa kepada Allah karena doa itulah intisari dari ibadah. Baik

itu doa secara umum agar dihindarkan atau diangkat dari bencana yang menimpa, atau dengan doa-doa secara khusus.

Mengingat wabah Covid-19 yang masih melanda di berbagai penjuru dunia, termasuk di Indonesia, maka sebagai seorang muslim yang beriman hendaknya senantiasa bersabar, bertawakkal, dan memuji kepada Allah, serta agar selalu menerapkan pola hidup sehat dengan selalu menjaga kebersihan diri, mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang, dan rutin menjaga kebugaran tubuh dengan berolahraga.

Tawakkal itu adalah bagian dari keimanan, dan seluruh bagian dari keimanan tidak akan terbentuk melainkan dengan ilmu, keadaan, dan perbuatan. Begitupula dengan sikap tawakkal, ia terdiri dari suatu ilmu yang merupakan dasar, dan perbuatan yang merupakan buah (hasil), dan keadaan yang merupakan maksud dari tawakkal. Tawakkal adalah menyandarkan diri kepada Allah tatkala menghadapi suatu kepentingan, bersandar kepada-Nya dalam sukar, teguh hati-tatka la ditimpa bencana disertai jiwa dan hati yang tenang. Tawakkal merupakan manifestasi keyakinan di dalam hati yang memberi motivasi kepada manusia dengan kuat untuk menggantungkan harapan kepada Allah SWT dan menjadi ukuran tingkat keimanan seseorang kepada Allah SWT. Disamping Islam mendidik umatnya untuk berusaha, Islam juga mendidik umatnya untuk bergantung dan berharap kepada Allah. Dalam kata lain, mereka menyerahkan iman dan keyakinannya kepada Allah di dalam suatu urusan, maka pada suatu saat mereka akan

merasai keajaiban tawakkal. Seorang yang bertawakkal yakin tidak ada perubahan pada bagian-bagian rezeki yang telah ditentukan Allah, sehingga apa yang telah ditetapkan sebagai rezekinya tidak akan terlepas darinya, dan apa yang tidak ditakdirkan untuknya tidak akan ia peroleh, sehingga hatinya merasa tenang dengan hal tersebut dan yakin dengan janji Tuhannya, lalu mengambil (bagian) langsung dari Allah. Tawakkal bukan berarti tinggal diam, tanpa kerja dan usaha, bukan menyerahkan semata-mata kepada keadaan dan nasib dengan tegak berpangku tangan duduk memekuk lutut, menanti apa-apa yang akan terjadi.⁴

Bersasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti menarik mengangkat judul penelitian tentang “ Covid-19 (Kecemasan dan Ketegaran Masyarakat Milenial di Banda Aceh)

B. Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini adalah terhadap Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Milenial terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh ditinjau dari berbagai aspek diantaranya, paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh dan cara Masyarakat Menghilangkan sikap kecemasan serta cara masyarakat meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh

⁴ Al-Ghazali, *Ihya'Ulumiddin*, Jilid III (Bandung: Marja, 2011) hlm. 11

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitiannya adalah sebagai berikut:

- a. Bagaimana paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh?
- b. Bagaimana cara masyarakat menghilangkan sikap kecemasan dan meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh?

D. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah tersebut maka yang menjadi tujuan penelitian dan pokok penelitiannya adalah sebagai berikut:

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19 di Gampong Ateuk Munjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.
2. Untuk mendeskripsikan bagaimana cara masyarakat menghilangkan sikap kecemasan dan meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 di Gampong Ateuk Munjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini memiliki yang ditinjau secara teoritis dan secara praktis, antara lain ialah:

- a. Manfaat secara teoritis ialah, Menambah wawasan dan pengetahuan tentang paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda

Aceh dan cara Masyarakat Menghilangkan sikap kecemasan serta cara masyarakat meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh

- b. Secara akademis ialah, kegunaannya untuk tambahan bahan referensi. Serta bagi marakat umum dengan adanya tulisan ini akan menjadikan sebagai bahan pedoman serta mengetahui secara pasti tanpa isu-isu yang beredar terkait keberadaan paradigma masyarakat milenial ketika menghadapi Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh dan cara Masyarakat Menghilangkan sikap kecemasan serta cara masyarakat meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Pustaka

Kajian pustaka mengenai Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Milenial terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh dapat dilihat dalam penelitian-pelelitian terdahulu mengenai topik yang sama dengan penelitian ini. Kajian pustaka terkait dengan Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Milenial terhadap Covid-19 di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh yaitu:

Penelitian yang ditulis oleh Varian Valiant Ervic Manguma tentang *Strategi Generasi Millenial Bertahan Hidup Dalam Masa Pandemi Covid-19*.¹ Fokus penelitian ini pada strategi generasi millenial bertahan hidup dalam masa pandemi Covid-19. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pandemi COVID-19 telah mengubah cara hidup masyarakat. Berbagai strategi bertahan hidup diterapkan oleh generasi milenial dalam menghadapi covid-19 seperti strategi aktif yaitu dengan menilai potensi mereka sesuai dengan keterampilan dan kemampuan mereka; strategi pasif yaitu dengan mengevaluasi potensi mereka sesuai dengan keterampilan mereka dan kemampuan serta berhemat dan strategi taruhan online melalui pinjaman keluarga, credit union, dan bantuan. Persamaan

¹Varian Valiant Ervic, "Manguma Dengan Judul Strategi Generasi Millenial Bertahan Hidup Dalam Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal Emik*, Nomor 1, (2021) hlm. 95

denga penelitian ini adalah terletak pada variabel generasi milenial. Sedangkan perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel strategi.

Penelitian yang dilakukan Sri Wahyuni dengan judul “*Kecemasan masyarakat dalam menghadapi pandemi Covid-19.*”² Kecemasan masyarakat dalam menghadapi Covid-19 ditinjau dari psikologis dalam situasi sosial timbal balik; ada kecemasan masyarakat menghadapi pandemi Covid-19 ditinjau dari psikologis dalam situasi sosial searah; ada kecemasan masyarakat menghadapi pandemi Covid-19 ditinjau dari fisiologis dalam situasi sosial timbal balik; dan ada kecemasan masyarakat menghadapi pandemi Covid-19 ditinjau dari fisiologis dalam situasi sosial searah. Rekomendasi agar masyarakat dapat menghindari kecemasan dengan cara mengelola atau mengendalikan kecemasan melalui Membatasi informasi paparan yang membuat semakin merasa tertekan ataupun cemas; Seleksi dalam mendapatkan informasi tentang Covid-19 yaitu informasi yang dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya (berkompeten); Tetap melakukan kegiatan sehari-hari yang bermanfaat dan produktif serta berpikir positif dalam menghadapi Covid-19; Melakukan hobi yang menyenangkan, berolahraga, serta tetap memenuhi gizi seimbang; Selalu memenuhi protokol kesehatan yang dianjurkan pemerintah; Tetap menjalin hubungan dengan keluarga dan teman melalui telepon atau handphone. Persamaan dengan penelitian ini adalah

²Sri Wahyuni, “Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19”, *Junal*, Ejournal Kemansos, Nomor 3 (2021) hlm. 76

tentang variabel kecemasan sedangkan perbedaan dengan penelitian ini adalah tentang variabel milenial.

Penelitian yang dilakukan Sri Endriyani,³ dengan judul “Upaya mengatasi kecemasan masyarakat di masa pandemi Covid-19.”³ Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan sebagai upaya dan untuk mendukung kesehatan jiwa dan psikososial masyarakat selama masa pandemi Covid19 telah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat untuk menghadapi dan Menjalani kehidupan selama masa pandemi Covid19. Kegiatan ini meningkatkan kapasitas masyarakat untuk mengatasi kecemasan yang timbul selama pandemi Covid-19 dengan menggunakan teknik relaksasi. Teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecemasan dan stres adalah latihan relaksasi nafas dalam dan relaksasi otot progresif. Melalui latihan relaksasi secara rutin, masyarakat akan mampu menghadirkan ketenangan bagi masyarakat sehingga dapat menjalani kehidupan baru akibat situasi pandemi Covid-19 saat ini dengan lebih nyaman sehingga dapat menghadapinya dengan segala kemungkinan. Situasi ini akan membaik dengan mengikuti berbagai aturan, pedoman, dan prosedur perawatan kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah. Perbedaan samaan dengan penelitian ini adalah sama sama meneliti tentang kecemasan masyarakat terhadap covid-19. Sedangkan perbedaannya adalah tentang variabel milenial.

³ Sri Endriyani, “Upaya Mengatasi Kecemasan Masyarakat Di Masa pandemi Covid-19”, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MEMBANGUN NEGERI*, Nomor 1, (2021), hlm. 117-118.

B. Kerangka Teori

Untuk mengetahui rumusan masalah paradigma masyarakat milenial dalam menghadapi Covid-19 maka teori yang digunakan adalah teori psikologi level adaptasi (*Adaptation Level Theory*) Teori ini dikemukakan oleh Wohlwill. Menurut teori psikologi lingkungan ini, stimulasi level yang rendah maupun level tinggi mempunyai akibat negatif bagi perilaku. Level stimulasi yang optimal adalah yang mampu mencapai perilaku yang optimal pula.⁴ Dengan demikian dalam teori ini dikenal perbedaan individu dalam level adaptasi. Adaptasi dilakukan ketika terjadi suatu disonansi dalam suatu sistem, artinya ketidak seimbangan antara interaksi manusia dengan lingkungan. Tuntutan lingkungan yang berlebih atau kebutuhan yang tidak sesuai dengan situasi lingkungan. Dalam hal ini, adaptasi merupakan suatu proses modifikasi kehadiran stimulus yang berkelanjutan. Semakin sering stimulus hadir maka akan terjadi pembiasaan secara fisik yang disebut sebagai habituasi dan terjadi pembiasaan secara psikis yang disebut adaptasi. Bahwa ketika seseorang mengalami proses adaptasi, perilakunya diwarnai kontradiksi antara toleransi terhadap kondisi yang menekan dan perasaan ketidakpuasan sehingga orang akan melakukan proses pemilihan dengan dasar pertimbangan yang rasional antara lain memaksimalkan hasil dan meminimalkan biaya.

Teori di atas sangat relevan dengan paradigma masyarakat milenial dalam menghadapi covid-19. Dengan perubahan cara

⁴Hanurawan, *Psikologi Sosial Terapan dan Masalah-Masalah Perilaku Sosial*. (Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang, 2011), hlm. 54

hidup di tengah pandemi covid-19, masyarakat melinieal perlu adaptasi yang sesuai dengan perkembangan di era pandemi ini.

Untuk mengetahui rumusan masalah terkait cara masyarakat menghilangkan sikap kecemasan dan meningkatkan ketegaran terhadap Covid-19 maka pendekatan yang digunakan adalah pendekatan tasawuf Imam Alghazali. Imam Al-Ghazali mengatakan ketahuilah bahwasanya tawakkal itu adalah bagian dari keimanan, dan seluruh bagian dari keimanan tidak akan terbentuk melainkan dengan ilmu, keadaan, dan perbuatan. Begitupula dengan sikap tawakkal, ia terdiri dari suatu ilmu yang merupakan dasar, dan perbuatan yang merupakan buah (hasil), dan keadaan yang merupakan maksud dari tawakkal.

Tawakkal adalah menyandarkan diri kepada Allah tatkala menghadapi suatu kepentingan, bersandar kepada-Nya dalam sukan, teguh hatitatka la ditimpa bencana disertai jiwa dan hati yang tenang. Tawakkal merupakan manifestasi keyakinan di dalam hati yang memberi motivasi kepada manusia dengan kuat untuk menggantungkan harapan kepada Allah SWT dan menjadi ukur tingkat keimanan seseorang kepada Allah SWT. Disamping Islam mendidik umatnya untuk berusaha, Islam juga mendidik umatnya untuk bergantung dan berharap kepada Allah. Dalam kata lain, mereka menyerahkan iman dan keyakinannya kepada Allah di dalam suatu urusan, maka pada suatu saat mereka akan merasai keajaiban tawakkal. Seorang yang bertawakkal yakin tidak ada perubahan pada bagian-bagian rezeki yang telah ditentukan Allah, sehingga apa yang telah ditetapkan sebagai rezekinya tidak akan

terlepas darinya, dan apa yang tidak ditakdirkan untuknya tidak akan ia peroleh, sehingga hatinya merasa tentram dengan hal tersebut dan yakin dengan janji Tuhannya, lalu mengambil (bagian) langsung dari Allah. Tawakkal bukan berarti tinggal diam, tanpa kerja dan usaha, bukan menyerahkan semata-mata kepada keadaan dan nasib dengan tegak berpangku tangan duduk memekuk lutut, menanti apa-apa yang akan terjadi.⁵ Pendekatan di atas juga menjadi teori rujukan bagi milenial dalam mengatasi kecemasan dalam menghadapi covid-19.

E. Definisi Operasional

a. Covid-19

Covid-19 adalah penyakit akibat infeksi virus *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2). Covid-19 dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan, mulai dari gejala yang ringan seperti flu, hingga infeksi paru-paru, seperti pneumonia.⁶

b. Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan yang anda alami ketika berpikir tentang sesuatu tidak menyenangkan yang akan terjadi.⁷ Ketegaran

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), arti kata ketegaran adalah kekerasan hati. Ketegaran berasal dari kata dasar tegar.⁸

⁵ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*, Jilid III (Bandung: Marja, 2011) hlm. 11

⁶ <https://www.alodokter.com/covid-19>, diakses pada tanggal 28 Juni 2022, pukul 23.00 WIB

⁷ Kholil, *Kecemasan Belajar*, (Jakarta: Alfabeta, 2022) hlm. 113

Kecemasan adalah respon terhadap situasi Covid-19 yang mengancam, dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dialami sebelumnya, serta dalam menemukan identitas diri dan arti hidup. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun dalam situasi pandemi. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.

c. Masyarakat milenial

Masyarakat Milenial adalah generasi yang lahir pada 1981-1996 (saat ini berusia 24-39 tahun). Masyarakat milenial merupakan masyarakat moderen yang melek dan beradaptasi pada teknologi dan dapat beradaptasi dengan berbagai situasi.⁹

⁸<https://kbbi.lektur.id/ketegaran#> diakses pada tanggal 29 Juni 2022, pukul 23.00 WIB.

⁸<https://www.djkn.kemenkeu.go.id/artikel/baca/13270/Generasi-Millennial-Sumber-Ide.html>. diakses pada tanggal 28 Juni 2022, pukul 23.00 WIB

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Penelitian ini di Gampong Tandil Ateuk Munjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Alasan pengambilan lokasi ini adalah dikecamatan Baiturrahman Banda Aceh dikarenakan lokasi tersebut berdekatan dengan daerah tempat tinggal peneliti. Dilokasi penelitian masalah kecemasan masyarakat milenial dalam menghadapi pandemi Covid-19.

B. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (*field research*), penelitian lapangan yang dilakukan dalam ruang lingkup yang sebenarnya.¹ Untuk mempermudah penelitian dan mendapatkan kesimpulan yang tepat. Penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kualitatif yang menggunakan beberapa tahap metode yang akan dilakukan untuk mempermudah dalam penulisan dan mendapat kesimpulan yang akurat. dan lain-lain.

Alasan menggunakan pendekatan kualitatif adalah dimana metode ini dapat digunakan untuk menemukan dan memahami apa yang tersembunyi dibalik fenomena yang kadangkala merupakan sesuatu yang sulit untuk dipahami secara memuaskan.

¹ Made Wirarta, *Metodologi Penelitian Sosial Ekonomi*, (Yogyakarta: Andi Offset, 2005), hlm. 77

C. Informan Penelitian

Informan adalah seorang yang benar-benar mengetahui suatu persoalan atau permasalahan tertentu yang darinya dapat diperoleh informasi yang jelas, akurat, dan terpercaya baik berupa pernyataan, keterangan atau data-data yang dapat membantu dalam memenuhi permasalahan.

Dalam penelitian ini informan yang di gunakan adalah masyarakat milenial yang berusia antara 24 sampai dengan 39 tahun yang terdiri dari tokoh agama, tokoh pemuda dan masyarakat yang ada di Gampong Tandi Ateuk Meunjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.

D. Sumber Data

Sumber data yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Data Primer

Data primer yang dimaksud dalam penelitian ini ialah data yang diperoleh peneliti melalui wawancara dengan tokoh agama, tokoh pemuda dan masyarakat yang ada di Gampong Tandi Ateuk Meunjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.

2. Data Sekunder

Data sekunder merupakan sebuah jenis data yang meliputi buku-buku, dokumen-dokumen resmi, b-b, jurnal, laporan penelitian terdahulu dan lain sebagainya. Data sekunder yang dimaksud dalam penelitian ini ialah mencakup bahan bacaan yang berkaitan dengan kecemasan ketegaran akibat pandemi Covid-19.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara, dokumentasi dan informasi tambahan dari tulisan yang terdahulu atau buku-buku yang berkaitan sebagai pelengkap dalam penelitian. Dalam pengumpulan data peneliti melakukan tahapan:

1. Observasi

Observasi yaitu suatu kegiatan dalam penelitian ini menggunakan alat indera. Metode ini untuk menggali data langsung mengamati dan mencatat mengenai rutinitas kegiatan masyarakat Gampong Tandi Ateuk Meunjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. Mengamati kecemasan dan ketegaran masyarakat milenial.

2. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk memperoleh secara langsung informasi yang ingin diteliti baik berhadapan langsung dengan yang ingin diwawancarai tetapi dapat juga dilakukan secara tidak langsung seperti memberikan daftar pertanyaan untuk dijawab pada kesempatan lain.² Dalam penelitian ini penulis melakukan wawancara dengan tokoh agama, tokoh pemuda dan masyarakat di Gampong Tandi Ateuk Meunjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh.

²Husein Umar, *Metodologi Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007), hlm. 51.

3. Dokumentasi

Dokumentasi adalah teknik pengumpulan data dengan mempelajari catatan-catatan responden atau catatan permasalahan yang telah berlalu, dokumen juga dapat berbentuk gambaran atau karya-karya yang monumental dari seseorang. Dokumen berbentuk catatan harian, sejarah, biografi, dokumen yang berbentuk gambar misalnya foto atau sketsa dan yang lain-lain.³

F. Tehnik Analisis Data

Adapun cara menganalisa data dilakukan dengan cara pendekatan kualitatif yaitu antara data lapangan dengan data teoritis dikumpulkan terlebih dahulu dan dianalisa lalu diolah secara sistematis sehingga dapat menghasilkan suatu penelitian yang baik. Berdasarkan hasil pembahasan kemudian diambil kesimpulan sebagai jawaban terhadap permasalahan yang diteliti.⁴

Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini yaitu:

1. *Reduksi data* adalah proses penyempurnaan data, baik pengurangan terhadap data yang kurang perlu dan tidak relevan, maupun penambahan terhadap data yang dirasa masih kurang.
2. *Display data* merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan keputusan yang terus berkembang menjadi sebuah siklus dan penyajian data biasa dilakukan dalam sebuah matrik.

³ Dr. Lexy J. Moleong, M.A., *Metodologi penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 1998), hlm. 119

⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 22

3. *Pengambilan Kesimpulan* data adalah mengambil intisari dari sajian data yang telah terorganisir dalam bentuk pernyataan kalimat yang singkat tetapi mengandung pengertian yang luas.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Berdasarkan cerita historis tokoh-tokoh tua Gampong Ateuk Munjeng sudah ada sejak tahun 1812. Asal mula nama Gampong Ateuk Munjeng adalah berasal dari bahasa Aceh kata Munjeng yang berarti Cicin Sumur yang terbuat dari tanah liat dan kata Ateuk berarti Atas, jadi secara keseluruhan Ateuk Munjeng berarti Cicin Sumur yang terletak di daratan paling atas. pada tahun 1901 dinamakan Gampong Ateuk berada pada kecamatan Masjid Raya kabupaten Aceh Besar yang dipimpin oleh seorang keuchik. Dengan datangnya perantau dari daerah-daerah lain yang hanya ada beberapa orang mereka menggarap lahan kosong menjadi lahan pertanian, lahan peternakan serta pemukiman. Ser tahun 1980an Gampong Ateuk Munjeng menjadi atau masuk dalam wilayah kodya Banda Aceh yang masuk dalam kecamatan Baiturrahman.¹

Pertumbuhan penduduk di Gampong Ateuk Munjeng terjadi setelah adanya perkawinan antar keluarga dan saudara, dimana masyarakat saat itu masih mengacu pada azas tuntunan agama. Gampong Ateuk Munjeng merupakan bagian dari Kecamatan

¹<http://ateukmunjeng-gp.bandaacehkota.go.id/> Diakses Tanggal 20 Juni 2022, pukul 20.00 WIB.

Baiturrahman dengan luas wilayah 55 Ha. Gampong Ateuk Munjeng terdiri atas 3 (Tiga) dusun, yaitu:²

- a. Dusun Lampoh Beulangong dengan luas wilayah 26 Ha
- b. Dusun Blang Kuta dengan luas wilayah 18,88 Ha
- c. Dusun Pante Dengan Luas Wilayah 9,89 Ha

Berdasarkan di atas batasan peta Gampong Ateuk Munjeng adalah sebagai berikut :

- a. Sebelah Utara berbatasan dengan Gampong Peuniti
- b. Sebelah Selatan berbatasan dengan Gampong Ateuk Jawo
- c. Sebelah Timur berbatasan dengan Gampong Ateuk Deah Tanoh.
- d. Sebelah Barat berbatasan dengan Gampong Neusu Aceh.³

B. Paradigma Masyarakat Milenial Ketika Menghadapi Covid-19

Penyakit virus corona (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2. Sebagian besar orang yang tertular COVID-19 akan mengalami gejala ringan hingga sedang, dan akan pulih tanpa penanganan khusus. Namun, sebagian orang akan mengalami sakit parah dan memerlukan bantuan medis.

² <http://ateukmunjeng-gp.bandaacehkota.go.id/> Diakses Tanggal 20 Juni 2022, pukul 20.00 WIB.

³ <http://ateukmunjeng-gp.bandaacehkota.go.id/> Diakses Tanggal 20 Juni 2022, pukul 20.00 WIB.

Sejarah Covid bermula pada awal tahun 2020, dunia digemparkan dengan merebaknya virus baru yaitu coronavirus jenis baru (SARS-CoV-2) dan penyeakitnya disebut Coronavirus Disease (COVID-19). Diketahui, bahwa asal mula virus ini berawal dari Wuhan, Tiongkok. Ditemukan pada akhir Desember tahun 2019. Sampai saat ini sudah dipastikan terdapat ratusan negara yang telah terjangkit virus ini. Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) telah dinyatakan oleh WHO sebagai pandemic dan Pemerintah Indonesia berdasarkan Keputusan Presiden Nomor 11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) telah menyatakan COVID-19 sebagai kedaruratan kesehatan masyarakat yang wajib dilakukan upaya penanggulangan.

Masyarakat Aceh dalam menghadapi pandemi Covid-19 dapat berupa ujian, musibah atau laknat. Masifnya penyebaran informasi mengenai COVID-19 di dunia maya memunculkan berbagai persepsi masyarakat yang ada. Salah seorang informan, sebagaimana yang disampaikan oleh Ustadz Jufri bahwa “Menurut ini adalah ujian, karena sesungguhnya Allah sedang melatih untuk bersabar, karena Allah sedang mengetuk hati agar senantiasa ingat dan mendekatkan diri kepada-Nya.”⁴

⁴ Hasil Wawancara bersama Bapak Jufri, sebagai Ustadz di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

Dalam konteks ini tentu yang dimaksudkan adalah pengujian mutu atau tingkat iman seseorang. Pun Demikian juga Al-Qur'an telah menyebutkan ujian ini untuk menguji apakah seseorang benar benar beriman atau tidak, sebagaimana dalam Al-Qur'an surat Al-Ankabut ayat 2, Allah ta'ala berfirman:

أَحْسِبَ النَّاسُ أَنْ يُتْرَكُوا أَنْ يَقُولُوا ءَامَنَّا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ﴿٢﴾

Artinya: *Apakah manusia itu mengira bahwa mereka dibiarkan (saja) mengatakan: "Kami telah beriman", sedang mereka tidak diuji lagi?*

Pandemi Covid-19 menjadi ujian bagi masyarakat milenial. juga menjadi ancaman dalam keberlangsungan aktifitas masyarakat, aktifitas sosial dan juga terhambatnya aktifitas pendidikan dan aktifitas ibadah masyarakat milenial.

1. Ekonomi Masyarakat

Pandemi covid-19 tidak hanya berdampak pada kesehatan masyarakat, tetapi juga memengaruhi kondisi perekonomian, Pandemi ini menyebabkan beberapa pemerintah daerah termasuk Pemerintah Aceh khususnya pemerintah Kota Banda Aceh menerapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang berimplikasi terhadap pembatasan aktivitas masyarakat, termasuk aktivitas ekonomi masyarakat yang ikut terancam. Masyarakat milenial terganggu aktifitas ekonominya dengan dengan adanya pandemi covid-19 yang diakibatkan oleh adanya pembatasan sosial bersekala besar.

Aktifitas ekonomi yang terganggu ini berdampak pada kondisi ekonomi masyarakat, khususnya masyarakat rentan dan miskin. Oleh sebab itu, masyarakat mengharap pemerintah, baik di tingkat pusat maupun daerah, mengeluarkan berbagai kebijakan untuk menanggulangi penyebaran Covid-19 serta kebijakan-kebijakan yang bersifat penanggulangan dampak sosial dan ekonomi akibat pandemi ini.

Sebagaimana wawancara dengan Bapak Munadi salah seorang pengusaha mengatakan bahwa ekonomi yang terganggu ini berdampak pada kondisi ekonomi masyarakat, khususnya masyarakat rentan dan miskin. Oleh sebab itu, masyarakat mengharap pemerintah, baik di tingkat pusat maupun daerah, mengeluarkan berbagai kebijakan untuk menanggulangi penyebaran Covid-19 serta kebijakan-kebijakan yang bersifat penanggulangan dampak sosial dan ekonomi akibat pandemi ini.⁵

Hal yang sama juga dirasakan oleh Ibu Asanti salah seorang Ibu Rumah Tangga yang mengatakan bahwa setelah beberapa bulan dilanda pandemi Covid-19, sebagian warga pendapatannya berkurang, sebagian lagi kehilangan mata pencahariannya.⁶

Ibu rumah tangga ternyata memiliki peranan penting dalam menanggulangi permasalahan ekonomi di atas. Di era globalisasi ini perempuan juga ikut andil dalam melakukan pekerjaan di luar rumah atau disebut sebagai wanita karir dalam membantu keuangan

⁵ Hasil Wawancara bersama Bapak Munadi, sebagai Wirausaha, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

⁶ Hasil Wawancara bersama Ibu Asanti, sebagai Wirausaha, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

keluarga dan suami walaupun bukan merupakan suatu kewajiban. Namun hakikat kewajiban seorang perempuan yang paling utama adalah menjadi sosok pengasuh, pendidik anak-anak serta mengurus suami dan rumah. Di sisi lain kaum lelaki selaku suami memiliki kewajiban menafkahi anak dan istrinya secara ma'ruf (baik) dari pekerjaan dengan cara yang halal. Ada beberapa faktor kondisi yang membuat wanita tetap bekerja meskipun mereka sudah berkeluarga. Terutama gaji atau pendapatan dari suami yang tidak mencukupi kebutuhan hidup sehari-hari, tidak rela meninggalkan karir yang sudah dirintis sejak masih lajang, atau merupakan kebutuhan untuk menghilangkan kejenuhan.⁷

Krisis pandemi Covid-19, generasi millennial yang serba online inilah yang membuat pengeluaran mereka banyak yang terkuras pada kebutuhan terkait teknologi (seperti untuk internet atau kuota internet) yang cukup meresahkan mereka karena terjadi penurunan pendapatan sejak Covid-19 mewabah.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Saudari Ulfa yang mengatakan bahwa krisis pandemi covid-19 bagi generasi millennial yang masih mahasiswa saat masa pandemi mereka diharuskan tinggal dirumah dan gerakan mereka terbatas, sehingga teknologi komunikasi betulbetul menjadi sesuatu yang utama, tidak saja untuk berkuliah dengan sistem dalam jaringan (daring), tapi juga untuk kegiatan bermedia sosial mereka. Ini menimbulkan dilemma.

⁷ Sari, *Peran Profil wanita Karir dalam Islam*. <http://kbbi.web.id/peranprofilwanitakarirdalamislam>, di akses pada tanggal 29 Mei 2022, pukul 29.00 WIB.

Di satu sisi, gerakan di rumah aja membuat orang membatasi terbatas berinteraksi secara sosial, sementara tinggal di rumah (seperti *work from home*, *study from home*) sama-sama menguras kantong untuk pengeluaran kuota internet, sementara ruang gerak mereka dibatasi oleh kebijakan PSBB (Pembatasan Sosial Bersekala Besar).⁸

2. Aktifitas Sosial

Aktifitas sosial masyarakat menjadi terbatas karena bahayanya pandemi covid-19. Pandemi covid-19 menjadi berbahaya karena penularannya sangat cepat dikangan masyarakat. Hal ini membuat masyarakat cemas dan tidak berani keluar rumah sembarangan. Selain masyarakat takut pada pandemi dengan penularan yang cepat, kebijakan pemerintahpun membatasi aktifitas masyarakat.

Sebagaimana hasil wawancara dengan saudara Rahdian yang mengatakan bahwa masyarakat cemas dan tidak berani keluar rumah sembarangan. Selain masyarakat takut pada pandemi dengan penularan yang cepat, kebijakan pemerintahpun membatasi aktifitas masyarakat. Kebijakan pembatasan kegiatan masyarakat di malam hari sangat menghambat masyarakat milenial dalam melaksanakan aktifitas sehari hari. Masyarakat milenial takut keluar rumah dikareakan ada razia oleh Satpolpp karena ada pembatasan jam malam. Di kalangan masyarakat milenial terutama

⁸ Hasil Wawancara bersama saudari Ulfa, sebagai Mahasiswa, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh, sejumlah kebijakan atau imbauan juga telah diterbitkan dan disosialisasikan. Namun demikian, meski sejumlah kebijakan atau upaya pencegahan penyebaran Covid-19 telah dilakukan, sejumlah masyarakat milenial ternyata ditengarai masih memandang ringan atau biasa ancaman wabah Covid-19 dan mengabaikan berbagai kebijakan, fatwa, atau imbauan.⁹

Namun setelah kasus covid-19 menurun, pemerintah kembali mengeluarkan kebijakan new normal. Istilah new normal muncul pertama kali dalam protokol panduan WHO (*World Health Organization*) bagi negara-negara yang berniat melonggarkan kebijakan terkait penanganan Covid-19. Di Indonesia sendiri, new normal mulai di terapkan karena adanya pertimbangan pemerintah terhadap keuangan negara yang terbatas, sehingga tidak akan sanggup untuk memberikan bantuan sosial ke masyarakatnya secara terus-menerus. Untuk itu, aktivitas sosial harus segera dijalankan kembali dalam rangka mencegah ekonomi semakin menurun yang berisiko menambah PHK dan mengarahkan ke kondisi resesi. Dengan diberlakukannya new normal ini masyarakat mulai melakukan aktifitas di luar rumah dengan tetap mematuhi protokol kesehatan yang telah diatur oleh pemerintah, yaitu: memakai masker bila keluar dari rumah, sesering mungkin mencuci

⁹ Hasil Wawancara bersama Saudara Rahdian sebagai Mahasiswa yang menetap di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

tangan dengan sabun air mengalir, menjaga jarak, dan menghindari kerumunan orang untuk mencegah penularan Covid-19.

Wawancara dengan Linda, masyarakat gampong Ateuk Munjeng, mengatakan bahwa pandemi Covid-19 ini telah memunculkan kebiasaan-kebiasaan baru. Covid-19 menjadi ancaman berbahaya. Juga membahaya lama terpaksa diubah dengan baru yang lebih adaptif terhadap wabah yang sedang berlangsung. Generasi millennial berusaha untuk beradaptasi dalam mewujudkan kesuksesan new normal. Misalnya, selalu ingat memakai masker sesuai standar saat bepergian ke luar rumah, tetap tinggal di rumah saja jika tidak memiliki kepentingan yang mendesak, menghindari keramaian, rajin mencuci tangan dengan sabun air mengalir atau menggunakan hand sanitizer dan menjaga jarak (*sosial distancing*).¹⁰

Wawancara dengan Ibu Nurhazidah, pedagang, mengatakan bahwa bagi yang membuka usaha atau membuka pekerjaan sampingan dapat dilihat dengan menyediakan fasilitas cuci tangan yang memadai dan mudah diakses, baik oleh pekerja maupun konsumen atau pelaku usaha, menjaga kebersihan barang, memberlakukan pembatasan fisik dengan jarak minimal semeter dan mencegah terjadinya kerumunan. Dalam kondisi new normal bentuk adaptasi dilakukan dengan cara memastikan tubuh dalam kondisi sehat, menjaga kebersihan tangan dengan air mengalir atau hand sanitizer, dan saling menegur jika ada rekan kerja yang tidak

¹⁰ Hasil Wawancara bersama Linda, sebagai warga di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 10.00 WIB

menggunakan masker selama bekerja, sebagaimana protokol yang diterapkan.¹¹

Sebagaimana hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa sebagai seorang pedagang bagi yang membuka usaha atau membuka pekerjaan sampingan dapat dilihat dengan menyediakan fasilitas cuci tangan yang memadai dan mudah diakses, baik oleh pekerja maupun konsumen atau pelaku usaha, menjaga kebersihan barang, memberlakukan pembatasan fisik dengan jarak minimal semeter dan mencegah terjadinya kerumunan. Dalam kondisi new normal bentuk adaptasi dilakukan dengan cara memastikan tubuh dalam kondisi sehat, menjaga kebersihan tangan dengan air mengalir atau hand sanitizer, dan saling menegur jika ada rekan kerja yang tidak menggunakan masker selama bekerja, sebagaimana protokol yang diterapkan.

Hasil wawancara dengan Ulfa seorang mahasiswa yang mengatakan bahwa selama pandemi Covid-19 berkuliah secara online, tapi bila ada urusan yang harus diselesaikannya di kampus, maka ia datang dengan mematuhi protokol kesehatan, bukan karena adanya peraturan pemerintah terkait itu, tapi karena ia sendiri menyadari pentingnya mengikuti protokol kesehatan tersebut demi kepentingan bersama.¹²

¹¹ Hasil Wawancara bersama Ibu Nurzahidah sebagai Pedagang, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 11.00 WIB

¹² Hasil Wawancara bersama saudari Ulfa, sebagai Mahasiswa, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa bagi mahasiswa, kebijakan untuk belajar dari rumah menyebabkan mereka lebih banyak beraktivitas di rumah. Jikapun ada urusan di kampus, maka mereka harus mengikuti protokol kesehatan, dan semua kampus menerapkan kebijakan ini, sehingga mereka tidak memiliki pilihan lain selain memraktekannya.

Masa pandemi Covid-19 merupakan situasi luar biasa yang membuat orang merasa terganggu atau tertekan. Informasi mengenai pandemi Covid-19 yang diberitakan di berbagai media membuat masyarakat bingung karena berita yang benar dan berita yang hoax merebak di media. Oleh karena itu, agar tidak mengganggu imunitas, maka mereka berupaya untuk berfikir positif dan mencari tahu kebenaran berita, sebelum akhirnya menyebarkannya ke masyarakat.

Sebagaimana wawancara dengan ibu Raihan yang mengatakan bahwa produktif dalam situasi kritis. kegiatan di rumah saja dan keseharian bersama keluarga digunakannya untuk menginspirasi anggota keluarga untuk kreatif memanfaatkan situasi, seperti mengembangkan hobi untuk menghasilkan uang (misalnya, membuat produk-produk home made yang bernilai jual sesuai dengan kemampuan yang dimiliki), bahkan membuat produk-produk bertema corona, seperti membuat masker, gantungan masker, atau kaos bersablon corona.¹³

¹³ Hasil Wawancara bersama Ibu Raihan sebagai Ibu Rumah Tangga, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 12 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

Dari hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa Pandemi Covid-19 juga memicu kreativitas generasi millennial untuk tetap produktif dalam situasi kritis. kegiatan di rumah saja dan keseharian bersama keluarga digunakannya untuk menginspirasi anggota keluarga untuk kreatif memanfaatkan situasi, seperti mengembangkan hobi untuk menghasilkan uang (misalnya, membuat produk-produk home made yang bernilai jual sesuai dengan kemampuan yang dimiliki), bahkan membuat produk-produk bertema corona, seperti membuat masker, gantungan masker, atau kaos bersablon corona.

Hasil wawancara bersama Ibu Asanti sebagai Ibu Rumah Tangga mengatakan bahwa selama pandemi mulai mencoba memprioritaskan kebutuhan-kebutuhannya yang penting seperti pakaian, dan makanan. Selama pandemi ini berusaha untuk membiasakan diri untuk makan lauk seadanya dengan mencukupkan makanan tersebut bisa makan sebanyak tiga kali dalam sehari. Bisa menghemat makanannya dengan cara jika ada makanan yang berlebih atau sisa pada malam hari, dia memanaskannya pada keesokkan harinya sebagai sarapan pagi. Begitu pula dengan pakaian, selama masa pandemi hanya menggunakan baju yang seadanya saja untuk ke kantor yang penting rapi dan bersih sehingga dapat mengurangi biaya untuk mencukupi kebutuhan hidupnya. Dengan kedua cara tersebut, mampu menghemat setiap pengeluarannya agar dapat mencukupi kebutuhannya sehari-hari

selama masa pandemi walaupun dengan jam kerja dan penghasilan yang terbatas.¹⁴

Hasil Wawancara bersama Ibu Raihan yang mengatakan bahwa hemat dengan cara selektif dalam membelanjakan uang. apalagi dalam kehidupan sehari-hari ia hanya tinggal sendiri di rumah kosnya dan bergantung pada uang yang diberikan oleh orang tuanya. Sebab itu, menganggap perlu menerapkan hemat selama masa pandemi Covid-19.¹⁵

Hal yang sama juga disampaikan dalam hasil wawancara dengan Rahdian, masyarakat gampong Ateuk Meunjeng, mengatakan bahwa Mulai memprioritaskan uangnya pada hal-hal yang penting seperti makanan. Dalam kaitan dengan penghematan makanan, membeli makanan dengan menu yang sederhana, memanaskan makanan yang berlebihan yang tersisa untuk dikonsumsi kembali. Begitu pula pada saat keluar rumah atau ke kampus, berusaha membiasakan dirinya untuk membawa bekal makanan dan minuman. Dengan menghemat dalam membeli makanan dan minuman, dapat menekan pengeluarannya.¹⁶

¹⁴ Hasil Wawancara bersama Ibu Asanti sebagai Ibu Rumah Tangga, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

¹⁵ Hasil Wawancara bersama Ibu Raihan sebagai Ibu Rumah Tangga, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 12 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

¹⁶ Hasil Wawancara bersama Saudara Rahdian sebagai Mahasiswa yang menetap di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

Meskipun melakukan perubahan dari konsumtif menjadi menjadi berhemat, penghematan yang dilakukannya lebih kompleks. Masyarakat mulai berusaha hidup hemat dengan menghemat pengeluaran dengan membeli barang yang penting-penting saja atau seperlunya, seperti kebutuhan kuliah dan peralatan mandi saja. Selain itu, juga mengurangi makan di luar (*eating out*), seperti di restoran atau café karena memang membatasi mobilitas dan menghindari kontak sosial. Pada saat di rumah juga melakukan berbagai penghematan lainnya, seperti pemakaian listrik dengan cara menyalakan lampu ketika dibutuhkan saja, menonton TV pada malam hari saja di saat keluarga semua sudah berkumpul dan pulang dari kerja atau aktivitas lainnya. Dengan demikian, masyarakat dapat menekan banyak pengeluaran di masa pandemi Covid-19.

Darmawan mengatakan selama pandemi Covid-19 ada yang terkena pemutusan hubungan kerja (PHK), ada yang bekerja dari penuh waktu (*full time*) menjadi bekerja paruh waktu (*part time*). Untuk menyambung hidup, ada milenial dan keluarganya mencoba untuk meminjam uang pada keluarga atau teman dekat. Selain itu, keluarga juga mendaftarkan diri bantuan bagi mereka yang terkena dampak Covid-19.

Sebagaimana wawancara dengan Darmawan, Milenial Putus Hubungan Kerja, mengatakan bahwa selama pandemi Covid-19 ada yang terkena pemutusan hubungan kerja (PHK), ada yang bekerja dari penuh waktu (*full time*) menjadi bekerja paruh waktu (*part time*). Untuk menyambung hidup, ada milenial dan

keluarganya mencoba untuk meminjam uang pada keluarga atau teman dekat. Selain itu, keluarga juga mendaftarkan diri bantuan bagi mereka yang terkena dampak Covid-19. Dengan demikian, mereka terdaftar sebagai penerima bantuan sembako.¹⁷

Masyarakat yang tidak punya pekerjaan lagi ada juga yang menjalankan usaha penyedia bibit tanaman, mengalami kerugian sejak Covid-19 mewabah, sehingga menutup sementara usahanya.

Sebagaimana wawancara dengan Linda warga Ateuk Munjeng mengatakan bahwa terpaksa harus mengadaikan motor sebagai jaminan untuk mengambil uang sebesar 10 juta yang ia gunakan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya agar dapat bertahan hidup dan sebagai modal untuk usahanya sehingga dapat berjalan kembali untuk mengganti uang yang dipinjamnya di pegadaian.¹⁸

Aktivitas sosial setelah ditetapkan kebijakan *new normal* Pandemi Covid-19 banyak mengubah tatanan hidup masyarakat. Kebijakan terkait yang dikeluarkan pemerintah menyebabkan perubahan aktivitas sehari-hari, orang tidak saja bekerja dari rumah, tapi juga sekolah dan beribadah dari rumah. Sejak munculnya kebijakan *new normal* di Indonesia, aktivitas ekonomi kembali berjalan meski belum sepenuhnya normal.

¹⁷ Hasil Wawancara bersama Bapak Darmawan sebagai Pegawai yang di PHK, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

¹⁸ Hasil Wawancara bersama Linda, sebagai warga di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 10.00 WIB

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa menunjukkan bahwa di masa pandemi Covid-19, generasi millennial tidak hanya beradaptasi dengan rutinitas sehari-hari, tetapi juga memberdayakan diri dalam berbagai ide kreatif dan memanfaatkan teknologi yang melekat pada generasi mereka. Untuk dapat bertahan di tengah pandemi Covid-19, strategi yang diterapkan berbeda, yaitu strategi aktif dengan memberdayakan potensi yang dimiliki sesuai dengan keterampilan dan kapasitasnya.

3. Aktifitas Ibadah

Sejalan dengan kemasifan penyebaran covid-19, Majelis Ulama Indonesia mengeluarkan fatwa No.14 tahun 2020 tentang penyelenggaraan ibadah dalam situasi terjadi wabah covid-19, pada 16 Maret 2020. Salah satunya adalah fatwa mengenai penyelenggaraan shalat, yaitu adanya larangan shalat di masjid. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi perkumpulan massa di suatu tempat, karena ini bisa menambah penyebaran virus.

Sebagaimana yang disampaikan oleh bapak Jufri sebagai Ustadz Ateuk Meunjeng yang mengatakan bahwa masyarakat masih resah dan bertanya-tanya kenapa shalat malah di larang. Kebijakan dari pelarangan salat di masjid ini adalah suatu pencegahan keburukan. Pencegahan agar virus covid-19 tidak tersebar secara masif. Jadi larangan mengenai shalat berjamaah di masjid dan anjuran untuk melaksanakannya di rumah masing-

masing pada pandemi covid-19 ini, merupakan upaya yang tepat guna mengurangi penyebaran virus.¹⁹

Begitu juga yang terjadi pada saat bulan Ramadhan, masyarakat banyak berpindah tempat tinggal ke kampung halaman.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Bapak Munadi bahwa pada awal mulanya banyak orang yang mengira kasus covid-19 akan berakhir dalam beberapa minggu. Akan tetapi, karena mobilisasi yang ada, virus covid-19 yang tadinya hanya ditemukan di kota besar berpindah ke desa-desa. Sebenarnya hal ini dikarenakan banyaknya warga kota yang takut terjangkit virus covid-19 ini. Akibatnya mereka berpindah, mudik ke kampung halaman dan tanpa mereka sadari, mereka menjadi perantara virus bahkan mereka yang terkena virus itu sendiri. Hingga memasuki bulan Ramadan tidak ada tanda-tanda akan berkurangnya penyebaran virus sehingga ibadah di bulan Ramadan, seperti *tadarus*, *i'tikaf* di masjid, shalat tarawih, buka bersama dan sahur *on the road* ditiadakan. Kemudian diganti dengan ibadah masing-masing di rumah. *Tadarus* di rumah, shalat tarawih pun di rumah.²⁰

¹⁹ Hasil Wawancara bersama Bapak Jufri, sebagai Ustadz di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

²⁰ Hasil Wawancara bersama Bapak Munadi, sebagai Wirausaha, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

Berdasarkan wawancara di atas bahwa segala himbauan dalam pelaksanaan rangkaian ibadah pada masa pandemi Covid 19 ini adalah dengan meminimalisir kontak fisik dan penggantian ibadah secara individu atau dirumah masing-masing.

C. Kecemasan Masyarakat Terhadap Covid-19

Kecemasan masyarakat terhadap Covid-19 dapat dilihat dari kecemasan dari gejala fisik, kecemasan dari gejala perilaku.

Kecemasan masyarakat terhadap covid-19 dapat Gejala fisik meliputi gemetar, sesak di bagian perut atau dada, berkeringat hebat, telapak tangan berkeringat, kepala pusing atau rasa ingin pingsan, mulut atau tenggorokan terasa kering, napas tersengal-sengal, jantung berdegup kencang, jari atau anggota tubuh terasa dingin dan rasa mual.

Sesuai dengan hasil wawancara dengan ibu raihan yang mengatakan bahwa pada saat mendengar sudah datang masa pandemi Covid-19 yang sangat berbahaya penularanya sangat cepat, membuat berkeringat dingin gemetar memikirkan bagaimana kelangsungan hidup kedepan.²¹

Gejala perilaku meliputi perilaku menghindar, perilaku bergantung dan perilaku gelisah. Gejala kognitif meliputi kekhawatiran, merasa takut atau cemas akan masa depan, terlalu memikirkan atau sangat waspada dengan sensasi yang muncul di

²¹ Hasil Wawancara bersama Ibu Raihan, sebagai Ibu Rumah Tangga, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 12 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

tubuh, takut kehilangan kendali, memikirkan pikiran yang mengganggu secara terus menerus, dan sulit berkonsentrasi atau memfokuskan pemikirannya.

Hal ini disampaikan saat wawancara dengan ibu Asanti yang mengatakan bahwa saat pandemi semakin meningkat kasusnya juga merasa takut atau cemas akan masa depan, terlalu memikirkan atau sangat waspada, takut kehilangan saudara-saudara terjankit jatuh dijalan seperti di beritafikiran terganggu secara terus menerus, dan sulit berkonsentrasi atau memfokuskan fikiran pada pandemi ini.²²

Seperti yang disampaikan Nevid bahwa timbul perasaan cemas di masa pandemik Covid-19, yang merupakan kekhawatiran terhadap masa mendatang, dan biasanya disertai dengan gejala fisik seperti gugup, tegang, berusaha menghindar, berdebar-debar, dan berkeringat atas ancaman tertular Covid-19 ataupun resiko kegagalan usaha serta kerugian secara moril dan materiil di masa pandemi Covid-19. Kecemasan biasanya terjadi pada situasi yang tidak dapat dikendalikan individu seperti resiko tertular Covid-19 sehingga seseorang akan berusaha sebaik mungkin untuk hal-hal yang dapat dikendalikannya agar meminimalisir kerugian.²³

²²Asanti, Ibu Rumah Tangga, *Wawancara*, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

²³ Nevid. *Psikologi Abnormal*. (Jakarta: Erlangga, 2018), hlm. 65

Kebiasaan dan aktivitas masyarakat yang selama ini dilakukan secara normal, tetapi sekarang dibatasi. Penghentian sementara aktivitas sosial budaya yang menimbulkan kerumunan orang dibatasi, tempat ibadah ditutup, proses bekerja dibatasi dan diganti dengan bekerja dari rumah serta sekolah ditutup atau siswa belajar dari rumah. Tetapi syukur karena sudah pelan-pelan diberi kelonggaran sehingga kegiatan sosial budaya sudah mulai bisa dilakukan kembali. Terjadi perubahan perilaku, yang dulunya masyarakat mau berbaur di lingkungan ser, sekarang sembunyi di dalam rumah. interaksinya berkurang dengan orang lain. Cenderung menarik diri dari dunia luar dan mengurangi interaksi dengan sesama di lingkungan masyarakat.

Untuk itu mereka dapat mencari informasi pencegahan tertular Covid-19, membatasi interaksi dengan orang lain, serta membatasi aktivitas rumah. Kecemasan yang dialami masyarakat saat ini dapat diatasi dengan melakukan beberapa tehnik relaksasi. Tehnik relaksasi yang juga efektif digunakan untuk mengatasi kecemasan adalah relaksasi otot progresif. Relaksasi merupakan salah satu teknik pengelolaan diri yang didasarkan pada cara kerja sistem saraf simpatis dan parasimpatis. Energi dapat dihasilkan ketika melakukan relaksasi nafas dalam karena pada saat menghembuskan nafas, mengeluarkan zat karbon dioksida sebagai kotoran hasil pembakaran dan ketika menghirup kembali, oksigen yang diperlukan tubuh untuk membersihkan darah masuk.

Kecemasan juga terjadi pada saat berbungan sosial dengan orang lain. Apabila berhubungan sosial dengan orang lain, maka yang dilakukan sedikit bicara, lebih baik menghindari, karena takut tertular virus. situasi pandemi menimbulkan kecemasan pada banyak orang, karena takutnya tertular oleh Covid-19, melalui menghindari berhubungan dengan orang lain seperti sedikit bicara.

Sebagaimana wawancara dengan tokoh agama ustadz Jufri mengatakan bahwa Ada situasi pandemi Covid-19 seperti ini, apabila berhubungan sosial dengan orang lain, maka yang dilakukan sedikit bicara, lebih baik menghindari, karena takut tertular virus. situasi pandemi menimbulkan kecemasan pada banyak orang, karena takutnya tertular oleh Covid-19, melalui menghindari berhubungan dengan orang lain seperti sedikit bicara. Data yang ditemukan tersebut diperkuat dengan pendapat, bahwa situasi pandemi Covid-19 merupakan hal yang manusiawi, karena Covid adalah virus jenis baru, yang penyebarannya masif dan mengancam nyawa, sebagian besar manusia cemas dan tegang jika menghadapi situasi yang mengancam, dan perasaan tersebut merupakan reaksi yang normal terhadap stress.²⁴

Informasi yang deras dari media cetak maupun media elektronik sangat mempengaruhi kondisi psikosial seseorang yaitu dapat memicu cemas, stres, panik, dan rasa takut. Sebagaimana disampaikan oleh Ibu Raihan bahwa sangat berhati-

²⁴ Hasil Wawancara bersama Bapak Jufri, sebagai Ustadz di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

hati apabila berada di tempat umum, karena ada ketakutan akan tertular virus Covid-19. hal ini dapat diartikan bahwa sosialisasi yang terbatas dan minim tentang Covid-19, dapat menyebabkan munculnya kecemasan. Informasi yang deras dari media cetak maupun media elektronik sangat mempengaruhi kondisi psikososial seseorang yaitu dapat memicu cemas, stres, panik, dan rasa takut.²⁵

Menghindari tempat yang berkerumun guna mencegah tertularnya virus Covid-19. Ada kekhawatiran pada masyarakat melennial dalam situasi pandemi sehingga ada kecurigaan kepada orang lain yang berada di dekatnya membawa virus Covid-19.

Sering berfikir bahwa, orang yang ada disernya ada yang membawa sudah terkena virus Covid-19 jika tidak ditangani secara serius, maka kecemasan dapat menyebabkan gangguan mental atau kejiwaan bagi seseorang seperti stres dan depresi. Kondisi ini dapat terjadi menurut apabila informasi pemberitaan yang terus menerus tentang Covid-19 dapat menyebabkan cemas, stres, panik, khawatir dan rasa takut di kalangan masyarakat.²⁶

Kekhawatiran jika tidak menggunakan masker juga terjadi dikalangan masyarakat sehingga meskipun sudah new normal masyarakat sudah terbiasa dalam memakai masker.

²⁵ Hasil Wawancara bersama Ibu Raihan, sebagai Ibu Rumah Tangga, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 12 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

²⁶ Mahardika, "A. Penyebab Gangguan Mahasiswa di Tengah Pandemi Corona." dalam, *health.detik.*, 6 Maret 6 2020, hlm. 33.

Sebagaimana wawancara dengan Munadi seorang wirausaha mengatakan bahwa dalam masa pandemi penggunaan masker sangat penting diperhatikan. Saat ini, menggunakan masker disarankan bagi orang yang bepergian untuk mengantisipasi penularan virus Corona. Virus ini terdapat pada percikan air liur orang yang sakit ketika ia bersin, batuk, atau bahkan saat berbicara. Penularan terjadi ketika percikan air liur terhirup orang lain yang ada di ser.²⁷

Tindakan pemakaian masker mempunyai hubungan yang signifikan dengan gangguan fungsi paru. Seperti halnya dengan penyakit covid-19 yang menyerang paru-paru, masker pun juga memiliki fungsi untuk mencegah penularan penyakit tersebut.²⁸

Bertambahnya orang yang terjangkit virus corona (Covid-19) saban hari sudah tentu membuat sebagian besar orang merasa cemas dan gelisah. Namun demikian, Umat beragama pandemi Covid-19 justru menjadi peluang mendulang berbagai amal utama, tidak hanya ibadah kepada Allah tetapi juga kebaikan terhadap sesama manusia.

²⁷ Hasil Wawancara bersama Bapak Munadi, sebagai Wirausaha, di Gampong Ateuk Meunjeng, Pada Tanggal 21 Juni 2022, Pukul 15.00 WIB

²⁸ Antari, N.P.U., "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Mahasiswa Universitas Mahasaraswati Denpasar Selama Pandemi covid-19" *Jurnal Ilmiah Medicamento* Nomor 2 (2020), hlm. 149-155

Sebagaimana wawancara dengan bapak Darmawan bahwa bertambahnya orang yang terjangkit virus corona (Covid-19) saban hari sudah tentu membuat sebagian besar orang merasa cemas dan gelisah. Namun demikian, Umat beragama pandemi Covid-19 justru menjadi peluang mendulang berbagai amal utama, tidak hanya ibadah kepada Allah tetapi juga kebaikan terhadap sesama manusia. Sebagaimana dicontohkan Nabi Muhammad SAW tatkala pada zamannya juga pernah terjadi pandemi yang menulari banyak orang.²⁹

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa Paradigma masa pandemi Covid-19, generasi millennial tidak hanya beradaptasi dengan rutinitas sehari-hari, tetapi juga memberdayakan diri dalam berbagai ide kreatif dan memanfaatkan teknologi yang melekat pada generasi mereka. Untuk dapat bertahan di tengah pandemi Covid-19, strategi yang diterapkan berbeda, yaitu strategi aktif dengan memberdayakan potensi yang dimiliki sesuai dengan keterampilan dan kapasitasnya.

D. Meningkatkan Ketegaran Masyarakat Terhadap Covid-19

Kecemasan merupakan bentuk perasaan khawatir, gelisah dan perasaan-perasaan lain yang kurang menyenangkan. Kecemasan sering muncul pada individu manakala berhadapan dengan situasi yang tidak menyenangkan. Pada tingkat kecemasan yang sedang,

²⁹ Hasil Wawancara bersama Bapak Darmawan, sebagai Wirausaha, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 11.00 WIB

persepsi individu lebih memfokuskan hal yang penting saat itu saja dan mengesampingkan hal yang lainnya. Pada tingkat kecemasan yang berat/tinggi, persepsi individu menjadi turun, hanya memikirkan hal yang kecil saja dan mengabaikan yang lainnya, sehingga individu tidak dapat berfikir dengan tenang.

Agama adalah proses hubungan manusia yang dirasakan terhadap sesuatu yang diyakininya, bahwa sesuatu lebih tinggi dari pada manusia. Agama mempunyai banyak fungsi, salah satunya yaitu sebagai penyelamat. Keselamatan mempunyai arti yang luas, didalam agama dikenalkan dengan dua alam, yakni dunia dan akhirat. Dalam mencapai keselamatan agama mengajarkan kepada para penganutnya untuk beriman kepada Tuhan.

Permasalahan yang sering dialami pada saat pandemi ini yaitu kecemasan, cemas jika nanti akan tertular Covid-19. Kecemasan adalah suatu keadaan neurotik yang disertai dengan perubahan intern fisiologis dan berimplikasi pada gerakan eksterennya. Kecemasan sendiri banyak tingkatannya yakni normal dan menyimpang. Kecemasan yang normal adalah cemas yang biasa-biasa saja dan tidak menganggu kehidupan sehari-hari. Sedangkan kecemasan yang menyimpang adalah suatu cemas yang mengganggu kehidupan sehari-hari dan tidak dapat menjalankan hidup seperti orang normal pada umumnya. Pada umumnya kecemasan berdampak positif dalam kehidupan manusia karena mampu mengeluarkan kekuatan kognitif dan motorik untuk dapat

memberikan respon yang sesuai hingga sumber kecemasan dapat dihilangkan.

Kecemasan merupakan gangguan psikologis yang dapat dirasakan oleh setiap manusia. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya.

Sebagaimana wawancara dengan Rahmat, Wirausaha, mengatakan bahwa kecemasan merupakan gangguan psikologis yang dapat dirasakan oleh setiap manusia. Kecemasan adalah reaksi yang dapat dialami siapapun. Namun cemas yang berlebihan, apalagi yang sudah menjadi gangguan akan menghambat fungsi seseorang dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman.³⁰

Kecemasan dapat dialami ketika berfikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan yang akan terjadi, individu yang mengalami kecemasan akan merasakan ketakutan-ketakutan yang disebabkan adanya pikiran-pikiran negatif yang belum tentu terjadi, apalagi seluruh umat manusia dihadapkan dengan fenomena wabah Covid-19 yang melanda seluruh dunia tentu banyak manusia

³⁰ Rahmat, Wirausaha, *Wawancara*, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 11.00 WIB

merasakan cemas. Cemas takut jika mereka terkena virus yang mematikan tersebut, cemas jika mereka menularkan wabah virus tersebut kepada orang-orang yang dicintainya.

Padahal Covid-19 tidak akan menyerang seorang individu yang memiliki imun yang kuat, justru dengan merasakan cemas akan membuat imun mengalami penurunan, sehingga virus Covid-19 akan dengan mudah masuk kedalam tubuh individu itu sendiri. Menjaga imun agar tetap kuat salah satunya menjaga pola pikir yang positif. Pola pikir positif akan menciptakan suasana hati yang baik dan tidak mudah stress, sehingga demikian Covid-19 tidak mudah masuk dalam tubuh.

Sebagaimana wawancara dengan Bapak jufri yang mengatakan bahwa menciptakan pikiran positif dengan kondisi wabah Covid-19 yang mematikan ini tentu tidaklah mudah, perulah ada pelatihan yang mampu merubah konsep berfikir individu agar menjadi lebih positif. Pola pikir positif akan ketakutan wabah.³¹

Sebagai umat yang beragama, hendaknya menyikapi bencana yang tengah melanda dengan lapang hati dan memandang dari sisi baiknya. Janganlah menyikapi pandemi Covid-19 ini secara berlebihan sehingga tidak dapat berfikir dengan sisi positif Karena terlalu cemas tentang sesuatu yang telah di ciptakan oleh Allah.

³¹ Hasil Wawancara bersama Bapak Jufri, sebagai Ustadz di Gampong Ateuk Meunjeng,, Pada Tanggal 16 Juni 2022, Pukul 18.00 WIB

Sebagaimana wawancara dengan ibu Asanti yang mengatakan bahwa Covid-19 dapat tercipta jika adanya sebuah keyakinan atau sebuah pegangan yang membuat individu merasa bahwa semua akan baik-baik saja. Sebagai umat yang beragama, hendaknya menyikapi bencana yang tengah melanda dengan lapang hati dan memandang dari sisi baiknya. Janganlah menyikapi pandemi Covid-19 ini secara berlebihan sehingga tidak dapat berfikir dengan sisi positif Karena terlalu cemas tentang sesuatu yang telah di ciptakan oleh Allah. sebagai umatnya cukup bersyukur, berdoa meminta perlindungan dan menjalankan syariat yang telah di perintahkan olehnya. Syariat yang diperintahkan kepada Allah banyak sekali macamnya, seperti berpuasa, melaksanakan shalat 5 waktu, shalat sunnah, bersedekah dan masih banyak lagi. Syariat-syariat tersebut dikenal sebagai Ritual ibadah.³²

Terlepas dari semua itu, tetaplah mematuhi protokol yang telah di tetapkan oleh pemerintah atau jajaran yang terkait, dengan kata lain bahwasanya memang segala sesuatu tidak lepas dari kehendak Allah SWT. Akan tetapi berusaha untuk mencegah terjadi keburukan juga merupakan ikhtiar yang di anjurkan oleh Allah SWT. Cara masyarakat milenial mengatasi kecemasan dalam masa pandemi Covid-19 yaitu melakukan ritual ibadah,

³² Asanti, Ibu Rumah Tangga, *Wawancara*, Pada Tanggal 15 Juni 2022, Pukul 17.00 WIB

meningkatkan imun tubuh dengan tetap berfikiran positif dan olahraga hal ini sebagai upaya dalam menurunkan kecemasan pada masa pandemi Covid-19. Selain itu masyarakat milenial juga tetap menjaga protokol kesehatan, namun demikian masyarakat milenial di kota Banda Aceh khususnya Kecamatan Baiturrahman yang identik dengan warung kopi ini, ditengah Covid-19pun masih sempat menghibur diri dengan minum secangkir kopi sambil menikmati secangkir kopi sehingga menimbulkan kerumunan.

E. Analisis Penulis

Hasil penelitian ini merupakan salah satu penelitian tentang kecemasan dan ketegaran dalam masyarakat milenial terhadap covid-19. Masyarakat milenial perlu beradaptasi dengan pandemi covid-19. Adaptasi dilakukan ketika terjadi suatu disonansi dalam suatu sistem, artinya ketidak seimbangan antara interaksi manusia dengan lingkungan. Tuntutan lingkungan yang berlebih atau kebutuhan yang tidak sesuai dengan situasi lingkungan. Dalam hal ini, adaptasi merupakan suatu proses modifikasi kehadiran stimulus yang berkelanjutan. Semakin sering stimulus hadir maka akan terjadi pembiasaan secara fisik yang disebut sebagai habituasi dan terjadi pembiasaan secara psikis yang disebut adaptasi.

Bahwa ketika seseorang mengalami proses adaptasi, perilakunya diwarnai kontradiksi antara toleransi terhadap kondisi yang menekan dan perasaan ketidakpuasan sehingga orang akan

melakukan proses pemilihan dengan dasar pertimbangan yang rasional antara lain memaksimalkan hasil dan meminimalkan biaya. Teori di atas sangat relevan dengan paradigma masyarakat milenial dalam menghadapi covid-19. Dengan perubahan cara hidup di tengah pandemi covid-19, masyarakat milenial perlu adaptasi yang sesuai dengan perkembangan di era pandemi ini.

Begitu juga dengan cara masyarakat mengatasi kecemasan dan mempunyai ketegaran dalam menghadapi pandemi covid-19 dapat dilakukan dengan tawakkal kepada Allah. Tawakkal itu adalah bagian dari keimanan, dan seluruh bagian dari keimanan tidak akan terbentuk melainkan dengan ilmu, keadaan, dan perbuatan. Begitupula dengan sikap tawakkal, ia terdiri dari suatu ilmu yang merupakan dasar, dan perbuatan yang merupakan buah (hasil), dan keadaan yang merupakan maksud dari tawakkal.

Tawakkal adalah menyandarkan diri kepada Allah tatkala menghadapi suatu kepentingan, bersandar kepada-Nya dalam sukar, teguh hati tatkala ditimpa bencana disertai jiwa dan hati yang tenang. Tawakkal merupakan manifestasi keyakinan di dalam hati yang memberi motivasi kepada manusia dengan kuat untuk menggantungkan harapan kepada Allah SWT dan menjadi ukuran tingkat keimanan seseorang kepada Allah SWT.

Disamping Islam mendidik umatnya untuk berusaha, Islam juga mendidik umatnya untuk bergantung dan berharap kepada Allah. Dalam kata lain, mereka menyerahkan iman dan

keyakinannya kepada Allah di dalam suatu urusan, maka pada suatu saat mereka akan merasai keajaiban tawakkal. Seorang yang bertawakkal yakin tidak ada perubahan pada bagian-bagian rezeki yang telah ditentukan Allah, sehingga apa yang telah ditetapkan sebagai rezekinya tidak akan terlepas darinya, dan apa yang tidak ditakdirkan untuknya tidak akan ia peroleh, sehingga hatinya merasa tenang dengan hal tersebut dan yakin dengan janji Tuhannya, lalu mengambil (bagian) langsung dari Allah. Tawakkal bukan berarti tinggal diam, tanpa kerja dan usaha, bukan menyerahkan semata-mata kepada keadaan dan nasib dengan tegak berpangku tangan duduk memekuk lutut, menanti apa-apa yang akan terjadi.³³

Paradigma masyarakat milenial dalam menghadapi covid-19 tidak jauh dari kehidupan virtual. Perilaku virtual sebagaimana individu individu yang tergabung menjadi satu masyarakat milenial, perilaku sekelompok individu dimaksud dapat diamati melalui media komunikasi virtual seperti contoh antara lain melalui media sosial dan website.³⁴

Perilaku tersebut juga dapat diamati melalui media sosial pribadi informan, bagaimana riwayat perilakunya dalam menggunakan media. Kenyataan kenyamanan berinteraksi di gawai

³³ Al-Ghazali, *Ihya' Ulumiddin*, Jilid III (Bandung: Marja, 2011) hlm. 11

³⁴ Wicaksono, A. & Irwansyah, I. "Fenomena Deindividuasi dalam Akun Anonim Berita Gosip Selebriti di Media Sosial Instagram." <https://doi.org/10.14421/pjk.v10i2.1335>.

menyapa orang dibandingkan menyapa tatap muka, temuan ini merupakan dinamika komunikasi online yang terjadi saat ini. Selama menggunakan media sosial, barangkali ada informan berkenalan di media sosial dan ternyata juga pernah melakukan perilaku menyimpang.³⁵

Pandemi Covid-19 memang melahirkan kecemasan di masyarakat, apabila tidak ditangani secara serius dapat menyebabkan gangguan mental (stres hingga depresi). Stres dapat menurunkan imunitas tubuh, sementara yang dibutuhkan untuk menangkal Covid-19 adalah kekebalan tubuh yang baik.³⁶

Masih ada kekhawatiran sebagian masyarakat bila harus bertemu seseorang, sedangkan menurut (Anna, 2020) pemberitaan secara masif tentang Covid-19 akan disimpan oleh memori seseorang yang dapat mengakibatkan kecemasan, salah satunya kekhawatiran karena tingkat kecemasan masyarakat masih tinggi, kecemasan stres dapat menurunkan imunitas tubuh, sementara yang dibutuhkan untuk menangkal Covid-19 adalah kekebalan tubuh yang baik.³⁷

³⁵ *Ibid.* 36

³⁶ Hasan, L. *Teori-Teori Kesehatan Mental*. (Jakarta: Pustaka Al Husna, 1986), hlm. 66

³⁷ Dewi, F. S. "Cara Atasi Stres Selama Pandemi Covid-19." UGM.ac.id/id/berita/19150-cara-atasi-stres-selama-pandemi-covid-19

Pemberitaan yang berlebihan tentang Covid-19 akan disimpan dalam memori masing-masing individu yang dapat mengakibatkan kecemasan dari rendah-tinggi.³⁸ Juga memperkuat hasil penelitian Kecemasan masyarakat masih ada dan diwujudkan dalam kepatuhannya atas anjuran pemerintah dengan protokol kesehatan agar terhindar dari Covid-19. Lebih lanjut langkah penting untuk menekan kecemasan adalah memfilter bacaan maupun tontonan yang tidak bisa dipertanggungjawabkan tentang covid-19 dan mengumpulkan informasi yang akurat yang dapat dipercaya dapat membantu dalam mengambil tindakan pencegahan kecemasan.³⁹

Kekhawatiran pada masyarakat karena dampak pandemi covid-19, walaupun itu hal masih wajar, data tersebut diperkuat pendapat dari, bahwa informasi tentang dampak Covid-19 menimbulkan dampak positif maupun negatif bagi masyarakat, wajib mengikuti informasi sebagai upaya untuk tetap waspada.⁴⁰ Pendapat (Manggala, 2020), memperkuat hasil temuan yaitu penyebaran Covid-19 yang masif dan merupakan virus jenis baru

³⁸ Kartono, K. *Psikologi Sosial I*. (Bandung: Rajawali Press, 2022), hlm. 55

³⁹ Purwanto A, "Studi Eksploratif Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Proses Pembelajaran On Line di Sekolah Dasar. *Journal of Education Psychology and Cuoseling*. Nomor 1 (2020) hlm. 315-333

⁴⁰ Sutanto. "Psikologi Khawatirkan Dampak Covid-19 di Masyarakat Luas." Retrieved Maret 6, 2020, from <http://Galamedia.news.com>.

yang mematikan dan mengancam seluruh dunia menyebabkan kecemasan pada masyarakat.⁴¹

Sebagai umat yang beragama, hendaknya menyikapi bencana yang tengah melanda dengan lapang hati dan memandang dari sisi baiknya. Janganlah menyikapi pandemi Covid-19 ini secara berlebihan sehingga tidak dapat berfikir dengan sisi positif. Karena terlalu cemas tentang sesuatu yang telah diciptakan oleh Allah. sebagai umatnya cukup bersyukur, berdoa meminta perlindungan dan menjalankan syariat yang telah di perintahkan olehnya. Seperti firman Allah dibawah ini:

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ ۗ

فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

Artinya: *Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran (QS:Al-Baqarah: 186).*

Terlepas dari semua itu, tetaplah mematuhi protokol yang telah ditetapkan oleh pemerintah atau jajaran yang terkait, dengan

⁴¹Wawan Mas'udi dan Poppy S., W. *Tata Kelola Penangan Covid-19 di Indonesia Kajian Awal*. (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 2020), hlm. 34

kata lain bahwasanya memang segala sesuatu tidak lepas dari kehendak Allah SWT. Akan tetapi berusaha mencegah terjadi keburukan juga merupakan ikhtiar yang di anjurkan oleh Allah SWT. Kepada hambanya, untuk itu marilah sebisa mungkin hindari potensi apapun yang bias membuat terinfeksi wabah tersebut, senantiasa menjaga kesehatan dan kebersihan tubuh dengan senantiasa berwudhu sebagai modal hidup di dunia dan di akhirat. Menjaga jarak dengan seseorang yang terinfeksi dan terapkanlah sosial distancing serta bertawakal kepada Allah SWT dan yang paling penting adalah memperbanyak mengingat Allah dengan ibadah dan pengetahuan.

Tidaklah seorang hamba ditimpa satu musibah kecuali apa yang Allah telah tuliskan kepadanya. Maka sungguh seorang hamba sangat butuh dalam kondisi seperti ini untuk selalu memperbaharui keimanannya, memperbaharui keyakinannya terhadap takdir Allah.

Bahwasanya semua yang ditulis pasti terjadi. Dan apa yang menimpa seorang hamba tidak akan meleset darinya dan apa yang meleset dari seorang hamba tidak akan menyimpannya dan apa yang Allah inginkan pasti terjadi dan apa yang Allah tidak inginkan tidak akan terjadi.

Berhadapan dengan persoalan lingkungan hidup saat ini, muncullah pertanyaan yang mengungkapkan bahwa kenapa agama-agama besar di dunia ini dengan ajaran moral dan peri

kemakhlukannya, tidak atau kurang berperan untuk ikut memecahkannya. Virus Covid-19 pun bisa jadi disebabkan oleh ulah manusia itu sendiri yang tanpa disadari, sehingga Allah SWT memberikan peringatan kepada untuk selalu ingat kepada Allah SWT.

Pencegahan Wabah Covid-19 Dalam Islam Nabi Muhammad SAW juga pernah memperingatkan umatnya untuk tidak dekat dengan wilayah yang sedang terkena wabah. Sebaliknya jika berada di dalam tempat yang terkena wabah dilarang untuk keluar. Seperti diriwayatkan dalam hadits berikut ini: "Jika kamu mendengar wabah di suatu wilayah, maka janganlah kalian memasukinya. Tapi jika terjadi wabah di tempat kamu berada, maka jangan tinggalkan tempat itu." (HR Bukhari).

Wabah virus corona yang terjadi saat ini, jika rujuk pada sejarah nabi merupakan wabah yang sudah terjadi dengan kondisi yang hampir sama, sehingga penanganannya pun sama. Oleh karena itu, untuk mengatasi wabah tersebut salah satunya adalah dengan menerapkan karantina atau isolasi terhadap penderita. Ketika itu Rasul memerintahkan untuk tidak dekat-dekat atau melihat para penderita kusta.

Dengan demikian, metode karantina telah diterapkan sejak zaman Rasulullah untuk mencegah wabah penyakit menular menjalar ke wilayah lain. Untuk memastikan perintah tersebut dilaksanakan, Rasul membangun tembok di ser daerah wabah.

Rasulullah juga pernah memperingatkan umatnya untuk jangan mendekati wilayah yang sedang terkena wabah. Sebaliknya, jika sedang berada di tempat yang terkena wabah, mereka dilarang untuk keluar.

Terkait dengan wabah coronavirus covid 19 ini, sebagai seorang mu'min, maka sebaiknya selain melakukan juga ikhtiar karantina atau "*social distancing*" ini, maka tingkatkan juga spiritual . Jika dapat bertafakur lebih jauh, sebagai muslim semua wabah ini adalah sebuah rahmat-Nya, sebuah peringatan bagi yang berpikir, untuk terus menjadikannya sebagai wasilah atau jalan untuk terus banyak mendekatkan diri kepada Allah Swt, sehingga ketika tingkat kepasrahan tinggi maka akan dirasakan ketenangan dan dengan segala usaha dan doa keselamatan juga kepada Allah Swt, dengan selalu melibatkan-Nya, dan berharap semua wabah ini akan berakhir, dan dapat pula segera ditemukan penyebabnya.

Dalam kehidupan ini kadang manusia diberikan nikmat oleh Allah, maka hal terbaik yang harus dilakukan adalah mensyukurinya. Pada sisi yang lain kadang yang diberikan justru musibah, maka hal terbaik yang harus dilakukan adalah bersabar. Maka sudah seharusnya pada diri manusia menyatu antara sifat syukur dan sabar.

Selain kesabaran, ada hal penting lain yang perlu dilakukan yaitu ikhtiyar. Ikhtiyar merupakan usaha untuk memperoleh yang terbaik. Ikhtiyar dalam menghadapi Covid 19 ini adalah hal yang

wajib dilakukan, karena Allah dalam Alquran melarang umatnya menjerumuskan diri dalam kerusakan. Allah berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 195:

Dan janganlah kamu menjatuhkan dirimu sendiri ke dalam kebinasaan ... (Q.S al-Baqarah: 195).

Tentunya ikhtiar yang harus dilakukan untuk bisa menghindari Covid 19 adalah dengan mengikuti petunjuk-petunjuk para ahli kesehatan. Protokol kesehatan yang telah ditetapkan, berupa mencuci tangan, menjaga jarak, dan memakai masker merupakan salah satu yang harus diikuti. Apalagi hal tersebut telah difatwakan oleh Majelis Ulama Indonesia dan menjadi peraturan pemerintah.

Ikhtiar lain dalam menghadapi Covid 19 dalam ajaran nabi adalah tidak masuk ke wilayah yang terkena virus dan penduduk yang berada di wilayah tersebut tidak boleh keluar. Bahasa mudahnya adalah penerapan lockdown atau karantina wilayah pada daerah yang terkena virus. Hal ini sebagaimana sabda Rasulullah.

Dari Nabi saw sesungguhnya beliau bersabda “Jika kamu mendengar wabah di suatu wilayah, maka janganlah kalian memasukinya. Tapi jika terjadi wabah di tempat kamu berada, maka jangan tinggalkan tempat itu.” (HR. al-Bukhari). Cerita tentang pernah terjadinya penyebaran penyakit *thoun* di daerah Syam. Pada saat itu Sayyidina Umar membawa rombongan pasukan yang berencana memasuki wilayah tersebut. Setelah

Sayyidina Umar mendengar info tersebut, dia langsung musyawarah dengan para pasukan, sebagian berpendapat untuk tetap melanjutkan perjalanan dan sebagian yang lain memutuskan untuk tidak melanjutkan. Sayyidina Umar akhirnya memilih pendapat untuk tidak melanjutkan perjalanan.

Usaha terakhir dalam menghadapi Covid 19 setelah sabar dan ikhtiyar adalah tawakkal. Islam tidak hanya mewajibkan ikhtiyar dan tidak pula hanya mewajibkan tawakkal. Islam memerintahkan agar keduanya dapat dilaksanakan secara bersamaan. Ikhtiyar tanpa tawakkal adalah sebuah kesombongan. Sedangkan tawakkal tanpa ikhtiyar adalah omong kosong. Dengan sabar akan lebih menenangkan jiwa, dengan tawakkal akan menyadari bahwa semua dari Allah, manusia hanya bisa berusaha, Allah yang menentukan segalanya. Adapun dengan ikhtiyar, berarti telah melaksanakan perintah Allah untuk menghindari kerusakan dan berusaha memilih yang terbaik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

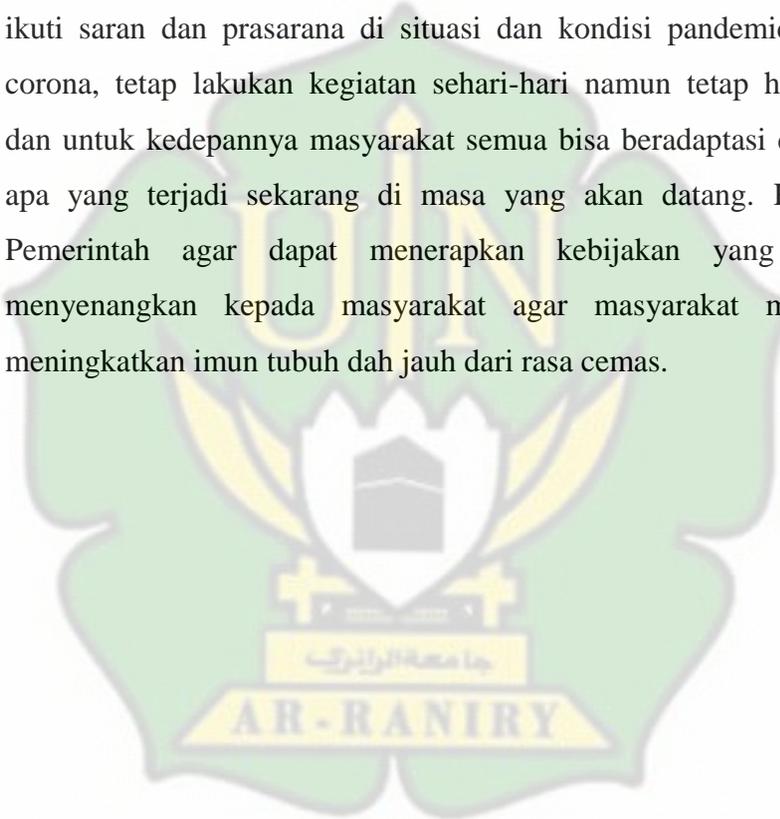
A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis di atas, maka penulis dapat menyimpulkan bahwa Paradigma masa pandemi Covid-19, masyarakat millennial menganggap pandemi Covid-19 menjadi ujian bagi masyarakat milenial. Juga menjadi ancaman dalam keberlangsungan aktifitas ekonomi masyarakat, aktifitas sosial dan juga terhambatnya aktifitas pendidikan dan aktifitas ibadah masyarakat milenial. Untuk dapat bertahan di tengah pandemi Covid-19, strategi yang diterapkan berbeda, yaitu strategi aktif dengan memberdayakan potensi yang dimiliki sesuai dengan keterampilan dan kapasitasnya.

Cara masyarakat milenial mengatasi kecemasan dalam masa pandemi Covid-19 yaitu melakukan ritual ibadah, meningkatkan imun tubuh dengan tetap berfikiran positif dan olahraga hal ini sebagai upaya dalam menurunkan kecemasan pada masa pandemi Covid-19. Selain itu masyarakat milenial juga tetap menjaga protokol kesehatan, namun demikian masyarakat milenial di kota Banda Aceh khususnya Kecamatan Baitur-rahman yang identik dengan warung kopi ini, ditengah Covid-19 pun masih sempat menghibur diri dengan minum secangkir kopi sambil menikmati secangkir kopi sehingga menimbulkan kerumunan. Untuk menjaga ketegaran masyarakat dengan cara bertawakkal kepada Allah, Swt.

B. Saran

Saran memulai pola hidup baru, memulai segalanya dari awal, lebih peduli, lebih serius menangani dan menanggapi hal-hal kecil atau sepele, tidak meremehkan informasi dan berita yang beredar, tetap waspada, jaga diri sendiri, ikuti protokol Kesehatan, ikuti saran dan prasarana di situasi dan kondisi pandemic virus corona, tetap lakukan kegiatan sehari-hari namun tetap hati-hati dan untuk kedepannya masyarakat semua bisa beradaptasi dengan apa yang terjadi sekarang di masa yang akan datang. Kepada Pemerintah agar dapat menerapkan kebijakan yang lebih menyenangkan kepada masyarakat agar masyarakat milenial meningkatkan imun tubuh dah jauh dari rasa cemas.



DAFTAR PUSTAKA

- Beni Ahmad Saebani, *Pengantar Antropologi*, Bandung: CV Pustaka Setia, 2012.
- Deloitte. The Deloitte Global Millennial Survey 2020 Resilient Generations Hold The Key To Creating A “Better Normal”, <https://www2.deloitte.com/global/en/pages/aboutdeloitte/articles/millennial-survey.html>.
- Diana Rebecka Gratia, “Pemaknaan Generasi Milenial Terhadap Pemberitaan Strategi Pemerintah Mengenai Covid-19 Di Kompas.Com.” *Skripsi* Komunikasiuniversitas Multimedia, UNT Tangerang , 2021.
- George Ritzer, *Sosiologi Ilmu Berparadigma Ganda*, Jakarta: PT Rajawali Press. 2001.
- Husein Umar, *Metodologi Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007.
- Livana PH,dkk. “Gambaran Kecemasan Masyarakat Dalam Berkunjung Ke Pelayanan Kesehatan Pada Masa Pandemi Covid-19,” *Jurnal*, Ilmiah Kesehatan Jiwa Nomor 3, 2020.
- Lexy J. Moleong, M.A., *Metodologi penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya Offset, 1998.
- Made Wirarta, *Metodologi Penelitian Sosial Ekonomi*, Yogyakarta: Andi Offset, 2005.
- Muslim, M. “Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19. Jurnal Manajemen Bisnis” Nomor 2, 2020.
- Mustika, *Terapi-Terapi Untuk Menurunkan Depresi*, Jakarta PT Rajawali Press, 2018.

- Nasus, "Tingkat kecemasan petugas kesehatan menjalani rapid test mendeteksi dini." Nomor 1, 2020.
- Putri, dkk., "A. Manajemen Kecemasan Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi Covid-19". *Jurnal of Multidisciplinary Studies* Nomor 2, 2020.
- Putri, dkk., "A. Manajemen Kecemasan Masyarakat dalam Menghadapi Pandemi Covid-19". *Jurnal of Multidisciplinary Studies* Nomor 2, 2020.
- Sri Endriyani, "Upaya Mengatasi Kecemasan Masyarakat Di Masa pandemi Covid-19", *Jurnal. Pengabdian Kepada Masyarakat MEMBANGUN NEGERI*, Nomor 1, 2021.
- Sri Wahyuni, "Kecemasan Masyarakat Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19", *Jurnal, Ejournal Kemansos*, Nomor 3 2021.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2007.
- Varian Valiant Ervic, "Manguma Dengan Judul Strategi Generasi Millenial Bertahan Hidup Dalam Masa Pandemi Covid-19", *Jurnal, Emik*, Nomor 1, 2021.
- Yuliana. "Corona Virus Diseases (Covid-19) Sebuah Tinjauan Literature. Wellness And Healthy Magazine." *Jurnal* Nomor 1, 2020.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT**

Jl. Syekh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
<http://fuf.uin-ar-raniry.ac.id/>

Surat Keputusan Dekan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Nomor: B-2474/Un.08/FUF/KP.0.1.2/12/2020

Tentang

Pengangkatan Pembimbing Skripsi Mahasiswa Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam
pada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh

DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT UIN AR-RANIRY BANDA ACEH

- Menimbang: a. bahwa dalam usaha untuk lebih meningkatkan mutu dan kualitas lulusan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh, dipandang perlu untuk mengangkat dan menetapkan Pembimbing Skripsi mahasiswa pada Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
- b. bahwa yang namanya tersebut di bawah ini, dipandang mampu dan memenuhi syarat untuk diangkat dan diserahkan tugas sebagai Pembimbing Skripsi tersebut.
- Mengingat: 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003; tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012; tentang Pendidikan Tinggi;
3. Keputusan Menteri Agama No. 89 Tahun 1963; tentang Pendirian IAIN Ar-Raniry.
4. Keputusan Menteri Agama Nomor 12 Tahun 2014; tentang Organisasi dan Tata Kerja UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
5. Peraturan Presiden RI Nomor 64 tahun 2013 tentang Perubahan Institut Agama Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh menjadi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
6. Keputusan Menteri Agama Nomor 492 Tahun 2003; tentang Pendelegasian Wewenang Pengangkatan, Pemindahan dan Pemberhentian PNS di Lingkungan Departemen Agama RI.
7. Peraturan Menteri Agama Nomor 21 Tahun 2015; tentang Statuta UIN Ar-Raniry Banda Aceh.
8. Keputusan Rektor UIN Ar-Raniry Nomor 01 Tahun 2014; tentang Jenis-jenis Pemberian Kuasa dan Pendelegasian Wewenang kepada Para Dekan dan Direktur Pascasarjana dalam Lingkungan

MEMUTUSKAN

Menetapkan

- KESATU** : Mengangkat / Menunjuk saudara
- | | |
|----------------------------------|-----------------------|
| a. Prof. Dr. Syamsul Rijal, M.Ag | Sebagai Pembimbing I |
| b. Raina Wildan, S.FIL., M.A | Sebagai Pembimbing II |

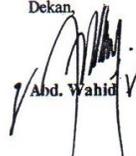
Untuk membimbing Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Dea Ananda
NIM : 170304014
Prodi : Aqidah dan Filsafat Islam
Judul : Covid-19 (Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Milenial di Banda Aceh)

- KEDUA** : Pembimbing tersebut pada diktum pertama di atas ditugaskan untuk membimbing skripsi mahasiswa sesuai dengan ketentuan yang ditetapkan.
- KETIGA** : Kepada Pembimbing tersebut diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan dibebankan pada dana DIPA UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Surat keputusan ini mulai berlaku sejak ditetapkan, dengan ketentuan akan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, jika ternyata terdapat kekeliruan dalam penetapan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh
Pada tanggal : 30 Desember 2020
Dekan,


Abd. Wahid

Tembusan :

1. Wakil Dekan I Fak. Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh
2. Ketua Prodi AFI Fak. Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh
3. Pembimbing I
4. Pembimbing II
5. Kasub. Bag. Akademik Fak. Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry Banda Aceh
6. Yang bersangkutan



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
FAKULTAS USHULUDDIN DAN FILSAFAT**

Jl. Syeikh Abdur Rauf Kopelma Darussalam Banda Aceh
Telepon : 0651- 7557321, Email : uin@ar-raniry.ac.id

Nomor : B-1173/Un.08/FUF.I/PP.00.9/06/2022
Lamp : -
Hal : *Penelitian Ilmiah Mahasiswa*

Kepada Yth,
Keuchik gampong Tandi Ateuk Meunjeng Kec Baiturrahman

Assalamu'alaikum Wr.Wb.
Pimpinan Fakultas Ushuluddin dan Filsafat UIN Ar-Raniry dengan ini menerangkan bahwa:

Nama/NIM : **DEA ANANDA / 170304014**
Semester/Jurusan : X / Aqidah dan Filsafat Islam
Alamat sekarang : Di lamreung

Saudara yang tersebut namanya diatas benar mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Filsafat bermaksud melakukan penelitian ilmiah di lembaga yang Bapak/Ibu pimpin dalam rangka penulisan Skripsi dengan judul *Covid 19 (Kecemasan dan Ketegaran dalam Masyarakat Melenial di Banda Aceh ,Gampong Tandi ateuk meunjeng*

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami mengucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 14 Juni 2022
an. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan,



Berlaku sampai : 14 Desember
2022

Dr. Agusni Yahya, M.A.



PEMERINTAH KOTA BANDA ACEH
KECAMATAN BAITURRAHMAN
GAMPONG ATEUK MUNJENG

Jalan Balai Desa No.2 Kode Pos 23244
BANDA ACEH

Banda Aceh , 20 Juni 2022

Nomor : 238 / 2022
Perihal : **Izin Penelitian Ilmiah
Mahasiswa**

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Ushuluddin
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh
Di -

Tempat

1. Sehubungan dengan Surat dari Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Nomor: B-1173/Un.08/FUF.I/PP.00.9/06/2022 Perihal: Penelitian Ilmiah Mahasiswa di Gampong Ateuk Munjeng yang berjudul "**Covid 19 (Kecemasan dan Keterangan dalam Masyarakat Melenial di Banda Aceh, Gampong Tandi Ateuk Munjeng**".

Maka dengan ini Kami menyatakan bahwa Benar yang nama dibawah ini telah menyelesaikan seluruh tahap penelitian di Gampong Ateuk Munjeng Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh :

Nama : Dea Ananda
NIM : 170304014
Program Studi : Aqidah dan Filsafat Islam

2. Demikian surat keterangan ini untuk dapat dipergunakan seperlunya, Terima Kasih.

Keuchik Gampong Ateuk Munjeng



DOKUMENTASI



Wawancara bersama pak Yusri selaku Keuchik di atek meunjeng



Wawancara bersama Linda warga Gampong atek meunjeng