

PENGARUH RELIGIOSITAS TERHADAP KECEMASAN PADA ANGGOTA KOMUNITAS ORANG MUDA KATOLIK (OMK) DI KEVIKEPAN SURABAYA SELATAN

Maria Annuntiata Tiara Ayu Kusuma¹
mariaannuntiata@gmail.com

Dicky Susilo²
susilo_dicky@ukwms.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Abstraksi

Kecemasan merupakan salah satu fenomena yang kerap terjadi pada masa dewasa awal. Kecemasan tersebut dipicu oleh ketidakmampuan individu dalam menghadapi permasalahan dan perubahan pada masa tersebut. Di Indonesia, sebesar 9,8% penduduk berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan munculnya gejala kecemasan. Kecemasan pada masa dewasa awal ini juga dialami oleh anggota Orang Muda Katolik (OMK). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota komunitas OMK di Kevikepan Surabaya Selatan. Penelitian ini dilakukan pada anggota komunitas OMK yang aktif di setiap paroki dalam Kevikepan Surabaya Selatan (N = 162). Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Convenience Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala Kecemasan dengan 3 aspek dan skala Religiositas dengan 5 dimensi. Data dianalisis dengan teknik statistika analisis regresi. Hasil pengolahan data mendapatkan nilai *F* sebesar 5,609 yang memiliki nilai *p* 0,019 ($p < 0,05$) yang berarti ada pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota komunitas OMK di Kevikepan Surabaya Selatan dan sebesar 3,4% variansi kecemasan dijelaskan oleh religiositas.

Kata kunci: Kecemasan, Religiositas, OMK

Abstract

Anxiety is a common phenomenon that occurred during early stage of adulthood. Anxiety is triggered by individual inability in dealing with problems and changes that emerged during that stage. In Indonesia, 9,8% of the population aged 15 years and over experience mental emotional disorder that indicated by the appearance of anxiety symptoms. Anxiety on this stage can also be found in the members of Orang Muda Katolik (OMK). This research aims to find the influence of religiosity toward anxiety in members of OMK in South Surabaya Region. This research was conducted on active members of OMK from every parish in South Surabaya (N = 162). Sampling used in this research was Convenience Sampling. Data collected with Anxiety Scale with 3 aspects and Religiosity Scale with 5 dimensions. Collected data were analyzed with regression analysis. Data processed showed the F score is 5,609 with p score 0,019 ($p < 0,05$) which means there is an influence of religiosity toward anxiety in members of OMK in South Surabaya Region and 3,4% of the variation in anxiety can be explained by the variation in religiosity.

Keywords: Anxiety, Religiosity, OMK

Pendahuluan

Saat ini ditemukan banyak fenomena kecemasan pada komunitas Orang Muda Katolik (OMK). Dari *preliminary study* dengan menyebarkan kuesioner tentang kecemasan pada dewasa awal pada 24 orang anggota OMK suatu paroki di Sidoarjo. Dari 24 orang yang mengisi kuesioner yang disebar oleh peneliti, terdapat 18 orang yang mengalami kecemasan dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. 16 orang merasa cemas karena tidak bisa memprediksi apa yang akan terjadi pada hari itu, 15 orang merasa cemas karena merasa akan ada hal buruk yang akan terjadi, 13 orang merasa cemas karena khawatir tidak diterima di lingkungan barunya baik dalam pekerjaan maupun perkuliahan, 6 orang cemas karena merasa tidak mampu tinggal sendiri, 5 orang merasa cemas karena merasa tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik dan 2 orang merasa cemas karena merasa mengambil jurusan yang salah saat kuliah.

Anggota OMK pada umumnya berada pada usia dewasa awal. Masa dewasa awal adalah masa penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan sosial baru (Hurlock, 2011). Penyesuaian-penyesuaian yang terjadi pada masa ini menuntut adanya kesiapan individu agar dapat menghadapinya dengan baik. Hurlock (2011) mengatakan apabila tidak dihadapi dengan baik maka akan menimbulkan masalah-masalah pada masa ini. Menyesuaikan diri dengan peran sosial serta tantangan intelektual yang baru dapat menyebabkan munculnya tekanan emosional yang dapat menjadi akar dari depresi, kecemasan dan stres. (Sussman & Arnett, 2014). Idealnya individu pada masa dewasa awal dapat melalui permasalahannya dengan baik, permasalahan yang dihadapinya digunakan sebagai cara untuk mengembangkan dirinya secara maksimal pada tahap perkembangan tersebut. Namun senyatanya, terdapat permasalahan yang tidak dihadapi dengan baik sehingga menimbulkan berbagai

permasalahan emosional.

Salah satu permasalahan emosional yang muncul adalah kecemasan. Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, menyebutkan bahwa sebesar 9.8% penduduk berumur ≥ 15 tahun mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan adanya gejala depresi dan kecemasan. World Health Organization (WHO) (2015) juga mengatakan 3,6% dari populasi global menderita gangguan kecemasan. Kecemasan menurut Chaplin (1989) adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut. Menurut Nevid dkk. (2005) kecemasan adalah suatu keadaan aprehensi atau keadaan khawatir yang mengeluhkan bahwa sesuatu yang buruk akan segera terjadi. Stuart (2006) mengatakan kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik. Kecemasan dialami secara subjektif dan dikomunikasikan secara interpersonal. Muchlas (dalam Ghuftron & Risnawita, 2017) mendefinisikan istilah kecemasan sebagai suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental, kesukaran dan tekanan yang menyertai konflik atau ancaman. Menurut Maramis dan Maramis (2009) kecemasan adalah perasaan yang tidak jelas atau tidak tahu takut terhadap apa. Kecemasan tidak terikat pada suatu benda atau keadaan akan tetapi mengambang bebas. Dapat disimpulkan kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai perasaan khawatir dan ketakutan terhadap ketidakpastian, ancaman, tekanan dan sesuatu yang buruk yang akan terjadi di masa mendatang.

Kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Ghuftron dan Risnawita (2017) mengatakan salah satu faktor internal dari kecemasan adalah tingkat religiositas yang rendah. Menurut

Glock dan Stark (1968) religiositas adalah cara-cara individu dalam mengekspresikan kepentingan agama dan keyakinannya. Dister (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) mengartikan bahwa religiositas sebagai keberagaman karena adanya internalisasi agama ke dalam diri seseorang. Monks, Knoers dan Haditono (1989) mengatakan bahwa religiositas adalah keterdekatan yang lebih tinggi dari manusia kepada Yang Maha Kuasa yang memberikan perasaan aman. Ghufron dan Risnawita (2017) mengatakan bahwa religiositas menunjuk pada tingkat keterikatan individu terhadap agamanya. Individu telah menghayati dan menginternalisasikan ajaran agamanya sehingga berpengaruh dalam segala tindakan dan pandangan hidupnya. Dapat disimpulkan bahwa religiositas adalah tingkat keterikatan individu terhadap agama dan keyakinannya dengan menginternalisasikannya dalam tindakan dan pandangan hidupnya.

Salah satu motivasi beragama disebabkan oleh kehidupan manusia yang mengalami misteri ketidakpastian hidup, sehingga mencari “Yang Ilahi” untuk menolong dan memahami hidupnya (Nugrohadhi dkk., 2013). Individu yang mengalami kecemasan secara khusus merasa khawatir dan takut pada ketidakpastian ini. Beberapa penelitian juga mendukung hal ini, penelitian yang dilakukan oleh Maisaroh dan Falah (2011) menunjukkan ada hubungan yang sangat signifikan antara religiositas siswa dengan kecemasannya menghadapi Ujian Nasional. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Satrianegara (2014) pada pasien penderita penyakit kronis di Makassar menunjukkan bahwa tingkat religiositas memiliki pengaruh yang kuat terhadap tingkat kecemasan penderita penyakit kronis.

Pada tahap dewasa awal anggota OMK akan mengalami masa bermasalah dan ketegangan emosional yang akan menimbulkan kecemasan, dan di sisi lain pada tahap dewasa awal ini juga anggota OMK sudah memiliki nilai-nilai religiositas yang dianutnya. Sesuai dengan yang

dikatakan Hurlock (2011) bahwa pada masa ini individu sudah membentuk pedoman akan nilai keyakinan yang dipercayainya. Harapannya anggota OMK dapat melalui segala permasalahan yang dialaminya dengan berpegang pada iman dan kepercayaannya sehingga dapat melaluinya dengan baik dan tidak menimbulkan munculnya kecemasan. Namun masih ditemukan adanya kecemasan yang terjadi pada anggota OMK.

Dari hasil preliminary yang dilakukan bahwa seharusnya menjadi anggota OMK berarti suatu individu telah menginternalisasi agamanya dengan berpegang pada Tuhan untuk menolong dan membantunya dalam menghadapi ketidakpastian hidup dan permasalahannya, maka hal ini dapat membantu anggota OMK tersebut untuk menghadapi dan mengurangi kecemasannya. Penelitian mengenai pengaruh antara religiositas dengan kecemasan pada OMK menjadi sesuatu yang menarik dilakukan, diharapkan dengan adanya penelitian ini para anggota OMK dapat memahami akan pentingnya religiositas yang ada pada dirinya dan kontribusinya untuk mengurangi kecemasan yang dialaminya. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk mengkaji pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota OMK kevikepan Surabaya Selatan.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, variabel tergantung yang digunakan adalah Kecemasan yang diukur dengan tinggi rendahnya skor hasil pengisian skala Kecemasan dari aspek respons perilaku, respons kognitif dan respons afektif. Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala ini, maka tingkat kecemasan individu tersebut akan semakin tinggi, demikian juga sebaliknya. Variabel bebas yang digunakan adalah Religiositas yang diukur dengan tinggi rendahnya skor hasil pengisian skala Religiositas dari dimensi keyakinan (*the ideological dimension*), dimensi peribadatan atau praktik agama (*the*

ritualistic dimension), dimensi feeling atau penghayatan (*the experiential dimension*) dimensi pengetahuan agama (*the intellectual dimensions*), dan dimensi *effect* atau pengamalan (*the consequential dimension*). Semakin tinggi skor yang diperoleh dari skala ini, maka tingkat religiositas individu tersebut akan semakin tinggi, demikian juga sebaliknya.

Populasi penelitian adalah anggota OMK kevekepan Surabaya Selatan. Ciri-ciri populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah, anggota Orang Muda Katolik (OMK) kevekepan Surabaya Selatan yang terdaftar secara administratif di Sekretariat Gereja. Berusia 18 tahun ke atas, sesuai dengan teori Hurlock (2011) yaitu masa dewasa awal dimulai pada usia 18 tahun sampai dengan 40 tahun dan berperan aktif dalam kegiatan OMK, pelayanan OMK dan aktivitas OMK baik dalam OMK Paroki atau OMK lingkungan. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *non-random sampling*. Teknik *non-random sampling* yang digunakan adalah *Convenience Sampling*. Pemilihan sampel pada *Convenience Sampling* didasarkan pada ketersediaan dan kemauan individu untuk menjadi partisipan (Gravetter & Wallnau, 2012).

Validitas yang digunakan adalah validitas isi. Validitas isi merupakan relevansi aitem dengan indikator perilaku dan dengan tujuan ukur sebenarnya yang dievaluasi melalui nalar dan akal sehat (*common sense*) dan juga memerlukan kesepakatan penilaian dari beberapa penilai yang kompeten (*expert judgement*) (Azwar, 2012). Sebagai tambahan, setiap aitem pertanyaan dianalisis menggunakan daya diskriminasi aitem. Daya diskriminasi aitem adalah kemampuan aitem dalam membedakan individu satu dengan yang lain sesuai dengan atribut yang diukur oleh tes tersebut, yang diketahui dengan menghitung koefisien korelasi aitem-total, dengan rentang skor dari 0 sampai dengan 1,00 dengan tanda positif atau negatif. Sebuah aitem yang memiliki nilai korelasi aitem-total diatas sama dengan 0,30

dianggap memiliki daya diskriminasi yang memuaskan (Azwar, 2012).

Reliabilitas yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan reliabilitas konsistensi internal (*Internal Consistency*). Reliabilitas konsistensi internal adalah pengujian konsistensi antar bagian atau konsistensi antaritem dalam tes. (Azwar, 2015). Reliabilitas ini diketahui melalui hasil perhitungan formula *Alpha Cronbach* dengan menggunakan *Statistical Packages for Social Science* (SPSS) versi 16.0. Tinggi atau rendahnya reliabilitas secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang antara 0 sampai dengan 1,00. Menurut Azwar (2012), reliabilitas dianggap memuaskan bila koefisiennya mencapai minimal 0,90.

Teknik analisa data yang digunakan dalam menguji hipotesis adalah teknik uji pengaruh Analisa Regresi. Teknik ini digunakan untuk menguji pengaruh antar satu variabel bebas terhadap variabel tergantung. Data yang digunakan pada tiap variabel adalah data interval. Sebelum melakukan analisis data, dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

Hasil Penelitian Dan Diskusi

Pada alat ukur Religiositas didapatkan koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,888 dengan range koefisien *corrected item-total* diantara 0,378 sampai 0,716. Pada alat ukur Kecemasan didapatkan koefisien Alpha Cronbach sebesar 0,813 dengan range koefisien *corrected item-total* diantara 0,308 sampai 0,649. Berdasarkan uji normalitas diperoleh nilai koefisien variabel Religiositas sebesar 0,105 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti data tidak terdistribusi normal. Kemudian untuk variabel Kecemasan diperoleh nilai koefisien sebesar 0,086 dengan nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$) yang juga berarti tidak terdistribusi normal. Kedua variabel memiliki nilai p dibawah 0,05 sehingga uji normalitas tidak terpenuhi. Berdasarkan uji linearitas

diperoleh nilai F sebesar 4,94 dengan nilai p untuk variabel Religiositas dan Kecemasan sebesar 0,028 ($p < 0,05$). Sehingga dapat dinyatakan bahwa variabel Religiositas dan Kecemasan sudah memenuhi uji linearitas. Hal ini berarti hubungan antara religiositas dan kecemasan linear.

Berdasarkan uji asumsi yang dilakukan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa data yang dimiliki belum memenuhi uji asumsi digunakan teknik statistik non-parametrik untuk menguji hubungan religiositas dan kecemasan. Uji hubungan dilakukan karena untuk melakukan uji pengaruh maka kedua variabel harus memiliki hubungan terlebih dulu. Teknik statistik non-parametrik yang digunakan adalah Kendall's Tau B. Berdasarkan uji hubungan yang dilakukan diperoleh nilai correlation coefficient antar variabel yaitu nilai r sebesar -0,132 dengan nilai p 0,017 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara religiositas dan kecemasan pada OMK Kevikepan Surabaya Selatan.

Berdasar hasil uji asumsi, data yang diperoleh tidak memenuhi uji normalitas. Peneliti telah mencoba melakukan transformasi data namun data tetap tidak memenuhi uji normalitas. Mengingat hasil uji korelasi dengan statistik non-parametrik menunjukkan hasil yang signifikan maka uji hipotesis tetap dilakukan dengan analisis regresi dengan catatan bahwa hasilnya perlu diinterpretasi dengan hati-hati. Dari hasil uji regresi diperoleh nilai F sebesar 5,61 dengan nilai p 0,019 ($p < 0,05$) yang berarti ada pengaruh religiositas terhadap kecemasan. Sehingga dapat dikatakan bahwa hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota Orang Muda Katolik (OMK) Kevikepan Surabaya Selatan. Dari hasil uji Analisis Regresi, persamaan garis regresi dapat diperoleh dengan melihat nilai a yaitu sebesar 50,883 dan nilai b sebesar -0,144. Sehingga diperoleh persamaan garis regresi sebagai berikut,

$$y = a + bx$$
$$y = 50,883 - 0,144x$$

Dari hasil uji Analisis Regresi juga dapat dilihat bahwa kedua konstanta dapat digunakan hal ini dapat dilihat dari nilai Sig. konstanta kecemasan sebesar 0,000 ($p < 0,005$) dan nilai Sig. konstanta religiositas sebesar 0,019 ($p < 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini persamaan garis yang diperoleh dapat digunakan untuk memprediksi kecemasan.

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi. Uji hipotesis dilakukan dengan bantuan program *SPSS for windows* versi 16. Dari uji hipotesis diperoleh nilai F sebesar 5,609 dengan nilai p sebesar 0,019 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota komunitas OMK di kevikepan Surabaya Selatan. Dari hasil uji hipotesis juga diperoleh nilai b sebesar -0,144, tanda negatif tersebut menunjukkan bahwa arah kedua variabel negatif. Apabila nilai dari variabel religiositas tinggi maka nilai dari variabel kecemasan rendah dan begitu pula sebaliknya. Diperoleh juga nilai R-Square sebesar 0,034 yang dapat diartikan bahwa religiositas berkontribusi sebesar 3,4% terhadap kecemasan.

Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian lain. Penelitian yang dilakukan oleh Lee, dkk. (2017) menunjukkan bahwa pasien yang berada dalam kelompok religiositas rendah mengalami gejala kecemasan yang lebih ekstensif. Lee, dkk. (2017) juga menjelaskan bahwa kegiatan religius yang sifatnya non-organisasional seperti berdoa dan meditasi dapat meningkatkan dimensi afektif dalam religiositas yaitu ketenangan batin dan kedamaian. Hal tersebut kemudian dapat menurunkan gejala kecemasan yang timbul. Dari penelitian Lee, dkk. (2017) belum ditunjukkan adanya hubungan dari kegiatan religious organisasional, seperti komunitas agama, dengan kecemasan. Penelitian yang dilakukan Lee, dkk. (2017) juga memiliki

perbedaan dengan penelitian ini yaitu dari segi subjek. Subjek yang digunakan oleh Lee adalah pasien yang menderita epilepsi, sedangkan penelitian ini menggunakan subjek dari anggota OMK. Namun rentang usia yang digunakan cukup sama yaitu diatas 18 tahun. Dari pernyataan diatas diambil kesimpulan bahwa religiositas dapat menurunkan gejala kecemasan, termasuk didalamnya adalah kecemasan sebagai pasien dengan penyakit tertentu.

Dalam penelitian yang dilakukan Amrai, Zalani, Arfai dan Sharifian (2011) pada 347 mahasiswa di Universitas Tehran, didapatkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan berarah negatif yang signifikan antara religiositas dan kecemasan. Amrai, dkk (2011) mengatakan bahwa religiositas dapat memiliki efek yang positif dalam menurunkan tingkat kecemasan pada mahasiswa Muslim di Iran. Penelitian yang dilakukan oleh Amrai, dkk (2011) menggunakan subjek yang berada dalam komunitas Muslim, sehingga hal ini dekat kaitannya penelitian yang dilakukan oleh peneliti yang berfokus pada komunitas Katolik. Keterkaitan tersebut menggambarkan bahwa religiositas dapat menurunkan kecemasan tidak hanya terbatas pada agama Katolik saja.

Sebagaimana disebutkan pada penelitian diatas, hubungan diantara kedua variabel berarah negatif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan nilai b sebesar $-0,144$ dimana tanda negatif tersebut dapat diartikan bahwa adanya arah negatif sehingga peningkatan nilai religiositas akan menghasilkan penurunan pada nilai kecemasan. Arah negatif ini memiliki arti bahwa variabel religiositas dan kecemasan memiliki hubungan yang berbanding terbalik, apabila religiositas tinggi maka kecemasan akan rendah dan begitu pula sebaliknya. Hal ini sesuai dengan teori yang disampaikan oleh Glock dan Stark (dalam Ghufroon & Risnawita, 2017) bahwa seseorang yang memiliki religiositas akan memiliki rasa aman yang disebabkan oleh dimensi penghayatannya terhadap Tuhan-nya,

berbanding terbalik dengan hal itu seseorang yang memiliki kecemasan akan merasa khawatir dan ketakutan (Stuart, 2006), dimana rasa takut timbul karena adanya perasaan tidak aman.

Hubungan antar kedua variabel tergolong rendah hal ini terlihat dari kontribusi religiositas terhadap kecemasan yang hanya sebesar 3,4%. Hal ini dapat disebabkan karena banyaknya faktor-faktor lain yang memengaruhi kecemasan. Faktor-faktor ini ialah faktor internal dan faktor eksternal (Ghufroon dan Risnawita, 2017). Faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan dan dukungan sosial sedangkan faktor internal berkaitan dengan tingkat rasa pesimis, takut gagal, pengalaman negatif masa lalu dan pikiran yang tidak rasional. Religiositas merupakan salah satu faktor internal yang memengaruhi kecemasan. Sehingga meskipun religiositas tinggi, adanya faktor lain seperti rasa pesimis dan kurangnya dukungan sosial dapat juga memengaruhi kondisi kecemasan yang dialami.

Dalam penelitian ini, data yang didapatkan tidak memenuhi uji asumsi normalitas. Data tidak terdistribusi normal, yaitu data hanya tersebar di beberapa kategori saja. Hal ini disebabkan karena peneliti mengambil sampel populasi pada anggota OMK yang seharusnya memiliki religiositas yang rata-rata tinggi, sehingga hanya sedikit data yang menunjukkan religiositas yang rendah. Hal ini didukung dengan teori Glock dan Stark (dalam Ghufroon & Risnawita, 2017) dimana disebutkan salah satu aspek dalam religiositas adalah dimensi peribadatan dan praktik agama yaitu sejauh mana seseorang melakukan ritual dan praktik agama dalam hidupnya. Anggota OMK yang aktif melakukan kegiatan keagamaan dan tugas gereja telah memenuhi dimensi tersebut sehingga dapat dikatakan anggota OMK memiliki religiositas yang rata-rata tinggi.

Dari hasil kategorisasi menunjukkan mayoritas anggota OMK memiliki religiositas pada kategori sedang (44,4%) dengan jumlah 72 orang. Hasil kategorisasi

juga menunjukkan mayoritas anggota OMK memiliki kecemasan pada kategori sedang (49,4%) dengan jumlah 80 orang. Pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota OMK juga dapat dilihat pada Tabulasi Silang terkait persebaran data pada setiap kategori pada kedua variabel. Tabulasi Silang menunjukkan mayoritas subjek dengan religiositas pada kategori sedang dan kecemasan sedang berjumlah 33 orang yaitu sebesar 20,4%. Dari hasil tabulasi silang, dapat dilihat bahwa religiositas memberikan pengaruh pada kecemasan yaitu pada saat kondisi religiositas pada tingkat sedang maka kecemasan juga pada tingkat sedang, hal ini sesuai dengan teori Monks. Knoers dan Haditono (1989) dimana religiositas memberikan perasaan aman pada individu, sehingga dapat mengurangi kecemasan yang tinggi yang disebabkan oleh adanya perasaan tidak aman. Dapat dilihat bahwa individu yang memiliki religiositas yang sedang, dapat membuat kecemasan yang dimiliki juga pada tingkat sedang dan tidak berada pada tingkat yang tinggi atau sangat tinggi meskipun tidak menghilangkan kecemasan menjadi tidak ada sama sekali.

Hasil tersebut juga menunjukkan persebaran data yang sejalan dengan hasil penelitian yaitu religiositas yang tinggi akan memengaruhi kecemasan secara negatif yaitu akan menurunkan kecemasan. Hal ini juga diperkuat dengan persamaan regresi yang diperoleh yaitu $Y = 50,883 - 0,144X$, dimana tanda pengurangan dalam persamaan tersebut memiliki arti bahwa semakin bertambahnya nilai Y yaitu religiositas akan membuat X yaitu kecemasan semakin berkurang. Hasil ini dapat memberikan dampak positif pada OMK yaitu anggota OMK yang memiliki religiositas tinggi dapat menjalankan tugasnya dengan baik di OMK dan juga dapat menanggulangi kecemasan-kecemasan yang muncul pada saat melakukan tugas pelayanan, seperti rasa khawatir pada saat bertugas Misa Natal dan Paskah.

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh religiositas terhadap kecemasan pada anggota komunitas OMK di Kevikepan Surabaya Selatan. Hal tersebut dilihat dari hasil uji hipotesis yang menunjukkan nilai F sebesar 5,609 dengan nilai signifikansi sebesar 0,019 ($p < 0,05$) Adapun pengaruh religiositas terhadap kecemasan memiliki arah negatif yang berarti semakin tinggi religiositas maka kecemasan akan menjadi rendah atau menurun dan begitu juga sebaliknya. Religiositas berkontribusi sebesar 3,4% terhadap kecemasan. Hasil ini menunjukkan pentingnya peran religiositas dalam menurunkan kecemasan yang kerap dialami oleh anggota OMK yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal.

Adapun penelitian ini tidak lepas dari keterbatasan peneliti, maka peneliti memberikan saran terkait penelitian. Bagi anggota OMK penting untuk mengetahui pengaruh religiositas agar dapat mengatasi kecemasan yang dialami melalui peran religiositas dalam hidupnya. Anggota OMK dapat mengetahui cara yang sesuai untuk mengatasi kecemasan yang dialaminya dengan meningkatkan religiositas yang dimilikinya. Bagi pengurus OMK penting untuk mengadakan kegiatan yang berfokus pada peran religiositas dalam menurunkan kecemasan yang dialami OMK. Bagi pendamping OMK, mayoritas kategorisasi kecemasan berada pada tingkat sedang maka perlu adanya pendampingan dalam usaha mengatasi kecemasan yang dialami. Mayoritas kategorisasi religiositas juga berada pada tingkat sedang sehingga dapat diadakan program pendampingan untuk meningkatkan religiositas pada anggota OMK.

Bagi peneliti selanjutnya akan lebih baik apabila memperbesar jumlah sampel penelitian dan menggunakan teknik sampling yang lebih memadai agar data yang didapatkan lebih menggambarkan

kondisi yang sesungguhnya dan hasil yang didapatkan dapat digeneralisasikan. Peneliti selanjutnya juga dapat memperhatikan pembuatan setiap aitem yaitu memperhatikan pemilihan kata dan kalimat agar dapat memperoleh jawaban yang lebih terbuka dan jujur, serta memperhatikan waktu pengambilan data agar data yang didapatkan bisa lebih banyak sehingga analisis data yang dilakukan bisa lebih menggambarkan kondisi psikologis subjek. Peneliti selanjutnya juga disarankan agar dapat melakukan penelitian lebih mendalam yaitu melihat pengaruh masing-masing tingkat religiositas yaitu tinggi, sedang dan rendah terhadap kecemasan.

Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2013). *The diagnostic and statistical manual of mental disorders: fifth edition*. Virginia: American Psychiatric Association.
- Amrai, K., Zalani, H. A., Arfai, F. S., Sharifian, M. S. (2011). The relationship between the religious orientation and anxiety and depression of students. *Procedia Sosial and Behavioral Science*, 15, 613-616. DOI: 10.1016/j.sbspro.2011.03.150
- Auerbach, R. P., Alonso, J., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Hasking, P., Nock, M. K., Vilagut, G. (2018). WHO world mental health surveys international college student project: prevalence and distribution of mental disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 127(7), 623-638. <http://dx.doi.org/10.1037/abn0000362>
- Azwar, S. (2007). *Sikap manusia: Teori dan pengukurannya (edisi ke-2)*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi (edisi ke-2)*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Dasar-dasar psikometrika (edisi ke-2)*. Jogjakarta: Pustaka Pelajar.
- Bayram, N., & Bilgel, N. (2008). The prevalence and socio-demographic correlations of depression, anxiety and stress among a group of university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(8), 667-672. DOI: 10.1007/s00127-008-0345-x.
- Bolton, J. M., Cox, B. J., Afifi, T. O., Enns, M. W., Bienvenu, O. J., Sareem, J. (2008). Anxiety disorders and risk for suicide attempts: findings from the baltimore epidemiologic catchment area follow-up study. *Depression and Anxiety*, 25, 477-481. <https://doi.org/10.1002/da.20314>
- Chaplin, J. P. (1989). *Kamus lengkap psikologi*. Alih bahasa: Kartini Kartono. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Choban, M. S. N. (2017). *Ketakutan kematian pada orang beragama katolik antara anggota kelompok kategorial dan yang tidak terlibat kelompok kategorial*. (Skripsi). Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Diambil dari <http://www.repository.wima.ac.id>.
- Ghufron, M. G., & Risnawita, R. (2017). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Glock, C. Y., & Stark, R. (1968). *American piety: the nature of religious commitment*. California: University of California Press.
- Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2012). *Statistic for the behavioral sciences (9th edition)*. Boston: Cengage Learning
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang usia kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kim, A. E. (2003). Religious influences on personal and societal well-being.

- Social Indicators Research*, 62-63(1), 149-170.
- Komisi Kepemudaan Konferensi Waligereja Indonesia. (2017). Tentang Kami. Diambil tanggal 23 Maret 2019 dari <http://www.orangmudakatolik.net/te ntang-kami/>
- Lee, S., Ryu, H. U., Choi, E., Ko, M., Jeon, J., Han, S., ... Jo, K. (2017). Associations between religiosity and anxiety, depressive symptoms, and well-being in Korean adults living with epilepsy. *Epilepsy and Behavior*, 75, 246-251. DOI: 10.1016/j.yebeh.2017.06.005.
- Maisaroh, E. N., & Falah, F. (2011). Religiusitas dan kecemasan menghadapi ujian nasional (UN) pada siswa madrasah Aliyah. *Proyeksi*, 6(2), 78-88.
- Maramis, W. F., & Maramis, A. A. (2009). *Catatan ilmu kedokteran jiwa (edisi ke- 2)*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (1989). *Psikologi perkembangan: pengantar dalam berbagai bagiannya*. Jogjakarta: Gadjah Mada University Press.
- Nepon, J., Belik, S., Bolton, J., & Sareen, J. (2010). The relationship between anxiety disorders and suicide attempts: findings from the national epidemiologic survey on alcohol and related conditions. *Depression and Anxiety*, 27, 791-798.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A., & Greene, B. (2005). *Psikologi abnormal jilid 1*. Jakarta: Erlangga.
- Nugrohadi, G. E., Adisetyanto, A. S., Yuniarto, A., Harijono, H. A. B., Subagya, A. U., & Susmono, A. W. (2013). *Menjadi pribadi religious dan humanis*. Jogjakarta: Graha Ilmu.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Indonesia. (2018). *Hasil utama RISKESDAS 2018*. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Safara, M., & Bhatia, M. S. (2008). Relationship of religious beliefs with anxiety and depression. *Delhi Psychiatry Journal* 11(2), 177-179.
- Samun, Y. (2006). *Kesehatan mental: jilid satu*. Jogjakarta: Kanisius.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development (13th edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Satrianegara, M. F. (2014). Pengaruh religiusitas terhadap tingkat depresi, kecemasan, stress, dan kualitas hidup penderita penyakit kronis di kota makassar. *Jurnal Kesehatan* 7(1), 288-304.
- Schwartz, S. (2000). *Abnormal psychology: a discovery approach*. California: Mayfield Publishing Company.
- Stuart, G. W. (2006). *Keperawatan jiwa: buku saku*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sussman, S., & Arnett, J. J. (2014). Emerging adulthood: developmental period facilitative of the addictions. *Education & Health Professions*, 37, 147-155. <http://dx.doi.org/10.1177/0163278714521812>.
- World Health Organization. (2015). *Depression and other common mental disorders global health estimates*. Diakses pada 18 Maret 2019 dari <https://afro.who.int/sites/default/files/2017-05/WHO-MSD-MER-2017-2-eng.pdf>
- Zeidner, M., & Matthews, G. (2011). *Anxiety 101*. New York: Springer Publishing Company.