

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KECEMASAN PADA PETANI:
TINJAUAN REVIEW****Nabyly Aghna Bachtiar^{1*}, Fitria Saftarina², Ratri Mauluti Larasati³, Suryadi Islami⁴**¹⁻⁴Jurusan Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

Email Korespondensi: nabyly.ny.009@gmail.com

Disubmit: 13 Desember 2024

Diterima: 20 Juni 2025

Diterbitkan: 01 Juli 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i7.18744>**ABSTRACT**

Anxiety is an unpleasant feeling of worry or fear accompanied by certain physical symptoms. The prevalence of anxiety has been increasing globally in the last three decades. Farmers are generally faced with a number of working conditions that are considered unfavorable, such as long working hours, monotonous tasks, and dangerous physical work environments. Therefore, farmers are at high risk of experiencing mental health problems that are rarely discussed in scientific publications, especially specifically anxiety. To conclude the factors associated with anxiety in farmers. The literature review method was used in the preparation to conclude the factors that trigger anxiety in farmers, where the literature was obtained from the PubMed, ScienceDirect, DOAJ, Cochrane, and Garuda databases, which are available online. It was found that anxiety in farmers is related to various aspects, both those originating from the work environment such as pesticide use, climate change, land ownership, and isolated work environments as well as those originating from individual factors such as gender, financial condition, and interpersonal relationships. Anxiety in farmers is influenced by individual, occupational, and environmental factors. Factors such as gender, social support, financial condition, pesticide use, land ownership, climate change, and the impact of the COVID-19 pandemic contribute significantly. Understanding and addressing these factors is important to support farmers' mental well-being.

Keywords: *Farmers, Anxiety, Mental Health***ABSTRAK**

Kecemasan adalah perasaan khawatir atau takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan gejala-gejala tubuh tertentu. Prevalensi kecemasan secara global terus meningkat dalam tiga dekade terakhir. Petani umumnya dihadapkan pada sejumlah kondisi kerja yang dianggap tidak menguntungkan, seperti jam kerja yang panjang, tugas yang monoton, dan lingkungan kerja fisik yang berbahaya. Oleh karena itu petani berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan mental yang jarang sekali dibahas dalam publikasi ilmiah terutama secara spesifik pada kecemasan. Tujuan untuk menyimpulkan faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada petani. Metode tinjauan literatur digunakan dalam penyusunan untuk menyimpulkan faktor yang memicu kecemasan pada petani, dimana literatur diperoleh dari *database PubMed*,

ScienceDirect, DOAJ, *Cochrane*, dan Garuda yang tersedia secara *online*. Didapatkan bahwa kecemasan pada petani berhubungan dengan berbagai aspek, baik yang berasal dari lingkungan pekerjaan seperti penggunaan pestisida, perubahan iklim, kepemilikan lahan, dan lingkungan kerja terisolasi maupun yang berasal dari faktor individu seperti jenis kelamin, kondisi finansial dan hubungan interpersonal. Kecemasan pada petani dipengaruhi oleh faktor individu, pekerjaan, dan lingkungan. Faktor seperti jenis kelamin, dukungan sosial, kondisi finansial, penggunaan pestisida, kepemilikan lahan, perubahan iklim, dan dampak pandemi COVID-19 berkontribusi signifikan. Pemahaman dan penanganan faktor-faktor ini penting untuk mendukung kesejahteraan mental petani.

Kata Kunci: Petani, Kecemasan, Kesehatan Mental

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah perasaan khawatir atau takut yang tidak menyenangkan disertai dengan gejala-gejala tubuh lainnya seperti kesulitan berkonsentrasi atau mengambil keputusan, merasa mudah tersinggung, gelisah, sulit untuk tidur, jantung berdebar-debar, berkeringat, gemetar, merasa akan datangnya bahaya, atau panik (Saradhadevi & Hemavathy, 2022).

Dalam tiga dekade terakhir, prevalensi kecemasan secara global terus meningkat. Pada tahun 2019, sebanyak 4,05% populasi dunia atau sekitar 301 juta jiwa mengalami gangguan kecemasan. Angka ini meningkat lebih dari 55% dibandingkan tahun 1990 sebesar 194,9 juta jiwa. Prevalensi gangguan kecemasan juga ditemukan jauh lebih tinggi jika dibandingkan dengan masalah kesehatan mental utama lainnya seperti bipolar dan skizofrenia (Javaid et al., 2023).

World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa gangguan kecemasan berdampak terhadap aktivitas sosial sehari-hari termasuk pekerjaan. Penderita mungkin mengalami ketakutan atau kekhawatiran yang berlebihan terhadap situasi tertentu misalnya situasi sosial atau berbagai situasi sehari-hari. Gangguan ini dapat dipengaruhi oleh kesehatan fisik

seperti penyakit kardiovaskular dan pengalaman buruk yang pernah dialami seperti pelecehan, kehilangan, atau pengalaman buruk lainnya (World Health Organization, 2023).

Mengenai dampak kecemasan terhadap pekerjaan, suatu penelitian tinjauan literatur mendapatkan hubungan yang jelas bahwa kesehatan mental yang buruk (seperti depresi dan/atau kecemasan) dapat menyebabkan hilangnya produktivitas (de Oliveira et al., 2024). Penelitian lain juga mendapatkan bahwa kecemasan pada pekerja secara langsung memiliki hubungan positif dengan ketidakhadiran (Mandira et al., 2019).

Sebagai pekerjaan yang tidak memiliki persyaratan pendidikan formal, petani umumnya dihadapkan pada sejumlah kondisi kerja yang dianggap tidak menyenangkan seperti jam kerja yang panjang, pekerjaan yang monoton, dan lingkungan kerja fisik yang berbahaya (Torske et al., 2016). Petani juga mengalami berbagai macam tekanan akibat situasi seperti suhu tinggi, hujan lebat, kekeringan, tunggakan, dan produktivitas tanaman yang rendah. Petani sering menunjukkan masalah kesehatan mental seperti

kecemasan, depresi, stres pasca trauma, dan kecenderungan untuk bunuh diri (Padhy et al., 2020).

Sejalan dengan pemaparan di atas, penilaian status kesehatan mental pada petani di Maharashtra-India mendapatkan bahwa lebih dari separuh (58%) petani menderita masalah kesehatan mental. Gejala yang paling banyak dilaporkan berhubungan dengan kecemasan dan insomnia sebanyak 55%, disusul oleh gejala somatik sebanyak 34,7%, depresi berat 24%, dan disfungsi sosial 7,3% (Bomble & Lhungdim, 2020).

Berdasarkan penilaian yang dilakukan pada petani oleh penelitian lain di Kanada dalam isu serupa mendapatkan nilai yang tinggi untuk stres, kecemasan, dan depresi. Oleh sebab itu, penelitian dan intervensi terkait kesehatan mental pada petani sangatlah dibutuhkan (Jones-Bitton et al., 2020).

Masalah kesehatan mental pada petani merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara faktor sosial, lingkungan, dan ekonomi. Dalam sebuah *systematic review* mengenai kesehatan mental pada petani, empat faktor risiko yang paling banyak disebutkan adalah paparan pestisida, kesulitan keuangan, variabilitas iklim/kekeringan, dan kesehatan fisik yang buruk/cedera di masa lalu. Studi komparatif mengenai kesehatan mental petani dan pekerja lainnya menunjukkan bahwa secara umum petani mengalami gangguan kesehatan psikologis yang lebih buruk. Pengetahuan tentang faktor-faktor risiko yang mempengaruhi timbulnya masalah mental petani sangat penting diketahui untuk mengurangi beban penyakit mental (Daghagh Yazd et al., 2019).

Dalam studi ini, penulis mencoba untuk menguraikan faktor-

faktor yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental lebih spesifik terhadap kecemasan pada petani yang belum dibahas secara khusus. Berdasarkan pemaparan di atas, studi ini merupakan langkah penting dalam menyintesis beberapa faktor yang berhubungan dan menguraikannya sebagai tinjauan untuk penelitian atau langkah intervensi di masa depan.

KAJIAN PUSTAKA

Bahaya Potensial

Setiap proses memproduksi suatu barang, di dalamnya pasti memiliki berbagai potensi bahaya yang dapat mengancam keselamatan dan kesehatan pekerja. Potensi bahaya yang selanjutnya dapat disebut *hazard* menjadi permasalahan bagi setiap perusahaan. *Hazard* yang tidak dikendalikan dengan tepat akan dapat menyebabkan kelelahan, sakit, cedera, dan bahkan kecelakaan yang serius (Sari & Nouryend, 2022). Bidang pertanian menjadi salah satu pekerjaan sektor informal yang banyak dilakukan oleh masyarakat di Indonesia. Tentunya, pada setiap pekerjaan dan tempat bekerja akan selalu memiliki risiko dan bahaya (*hazard*) yang dapat mengancam keselamatan tenaga kerjanya. Risiko dan bahaya (*hazard*) tersebut dapat terjadi kapan saja, dimana saja dan menimpa siapa saja baik pada sektor formal maupun informal termasuk petani (Akbar, 2019).

Bahaya di tempat kerja yang berhubungan dengan kesehatan diklasifikasikan menjadi bahaya kimia, fisik, ergonomis, biologis, dan stres di tempat kerja atau bahaya psikososial (Reese, 2018).

Kecemasan

Kecemasan adalah perasaan khawatir atau takut yang tidak menyenangkan disertai dengan

gejala-gejala tubuh tertentu. Penderita biasanya mengalami gejala seperti kesulitan berkonsentrasi atau mengambil keputusan, merasa mudah tersinggung, tegang atau gelisah, sulit tidur, jantung berdebar-debar, berkeringat, gemetar, merasakan bahaya akan datang, atau panik (Saradhadevi & Hemavathy, 2022).

Mekanisme pasti munculnya kecemasan tidak sepenuhnya diketahui. Dipercaya bahwa aktivitas sistem serotonin yang rendah dan adanya peningkatan aktivitas sistem noradrenergik menjadi penyebab atas perkembangan kecemasan (Munir & Takov, 2024).

Dalam suatu *systematic review* yang dilakukan untuk membandingkan alat skrining tervalidasi terhadap kecemasan dan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada negara dengan pendapatan menengah ke bawah termasuk Indonesia, mendapatkan bahwa dari 46 alat skrining yang tervalidasi untuk gangguan kecemasan, alat yang paling sering digunakan adalah Kessler-10 diikuti dengan GAD-7 (*General Anxiety Disorder-7*). Meskipun HADS-A (*Hospital Anxiety and Depression Scale-Anxiety subscale*) juga direkomendasikan untuk kasus kecemasan, validitasnya tidak teruji secara luas sebagaimana GAD-7 dan Kessler-10 walaupun spesifisitasnya lebih konsisten. Dalam alatnya, Kessler-10 menambahkan unsur efisiensi waktu tambahan yang memungkinkan untuk menyaring masalah kesehatan mental secara umum, sedangkan alat skrining seperti HADS-A menargetkan kecemasan secara khusus. Untuk gangguan kecemasan umum, GAD-7 mendapatkan sensitivitas yang tinggi meskipun deteksi terhadap gangguan kecemasan lainnya seperti *agoraphobia*, gangguan panik dan

kecemasan sosial tidak banyak tervalidasi (Mughal et al., 2020).

Depresi dan kecemasan berdampak negatif terhadap kinerja karyawan. Kecemasan dan depresi menyebabkan masalah yang nyata secara fisik, seperti sakit punggung, peningkatan tekanan darah, sakit kepala, dan sebagainya. Karena adanya rasa putus asa, para pekerja menjadi tidak dapat fokus pada pekerjaannya. Jam kerja yang lembur, gaji yang kurang, evaluasi yang buruk, ketidakstabilan pekerjaan, pengabaian pekerja oleh manajemen, suasana kerja, karier yang stagnan, dan lain sebagainya merupakan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap *turnover* karyawan. Beberapa penelitian yang meneliti kecemasan di tempat kerja secara umum menemukan adanya hubungan negatif antara kecemasan dan prestasi kerja. Hal ini disebabkan karena kecemasan klinis dan stres akut akibat peristiwa besar dalam hidup memiliki efek merugikan yang terekam pada proses kognitif, seperti memori kerja (Zia-Ur-Rehman et al., 2022).

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Petani

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat sejumlah faktor yang terlibat dalam timbulnya kecemasan pada seseorang meskipun tidak ada jawaban pasti mengapa seseorang bisa mengalami gangguan tersebut. Seperti masalah kesehatan mental lainnya, gangguan kecemasan disebabkan oleh kombinasi dari faktor psikologis, biologis, sosial, dan pengalaman hidup seperti kejadian traumatis (Rector et al., 2024).

Model stres kerja yang diusulkan oleh Hurrell dan McLaney tahun 1988 melalui *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan bahwa reaksi stres akut (perubahan psikologis,

fisiologis, dan perilaku) terjadi sebagai akibat dari adanya stresor pekerjaan dan dapat berujung pada penyakit terkait stres serta berkurangnya efisiensi kerja. Stresor dari pekerjaan yang kemudian disebut "stres kerja" diantaranya berkaitan dengan hubungan antar pekerja, tingkat kendali atas pekerjaan, beban kerja dan lembur, prospek pekerjaan, sistem kerja (seperti kerja *shift*), dan lingkungan kerja dapat memicu reaksi stres mental dan fisik serta penyakit mental, seperti depresi pada pekerja. Selain faktor pekerjaan, faktor individu dan situasional lainnya dapat berperan dalam meningkatkan atau melemahkan pengaruh tersebut terhadap risiko timbulnya depresi dan penyakit mental lainnya. Misalnya usia, jenis kelamin, dan posisi pekerjaan, karakteristik kepribadian juga diindikasikan memengaruhi proses ini (Iwata et al., 2024).

Masalah kesehatan mental pada petani merupakan hasil dari interaksi yang kompleks antara faktor sosial, lingkungan, dan ekonomi. Dalam sebuah *systematic review* mengenai kesehatan mental pada petani, empat risiko yang paling banyak disebutkan adalah paparan pestisida, kesulitan keuangan, variabilitas iklim/kekeringan, dan kesehatan fisik yang buruk/cedera di masa lalu (Daghagh Yazd et al., 2019).

Lebih lanjut, sebuah *scoping review* terhadap kesejahteraan psikososial komunitas pertanian mendapatkan adanya beberapa faktor risiko utama yang berkaitan dengan kesehatan mental petani, yakni; paparan pestisida, masalah finansial (pendapatan, keuntungan, harga), kondisi cuaca yang tidak pasti, kesehatan fisik yang buruk, beban kerja yang berat, kebijakan pemerintah dan regulasi pekerjaan, kekhawatiran akan masa depan dari

bertani, bekerja bersama keluarga (konflik peran), dan lainnya seperti meninggalkan keluarga untuk bekerja, kemampuan bekerja, kurangnya keahlian, serta kondisi tempat tinggal (Beniwal & Mathur, 2022).

Adapun untuk rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan antara faktor individu dan faktor pekerjaan dengan kecemasan pada petani kelapa sawit di Kecamatan Simpang Pematang Kabupaten Mesuji-Lampung?

METODOLOGI PENELITIAN

Literatur diperoleh dari database *PubMed*, *ScienceDirect*, *DOAJ*, *Garuda* dan *Cochrane* yang tersedia secara *online*. Proses pencarian artikel dimulai sejak bulan Mei sampai Juli 2024 menggunakan kata kunci (*keyword*) ataupun judul seperti "*Farmers*" AND "*Anxiety*", "*Work-related anxiety*" AND "*Farmers*", "*Anxiety in Farmers*". Literatur berupa *original/ research article* yang selanjutnya dikumpulkan untuk dilakukan skrining dan tinjauan.

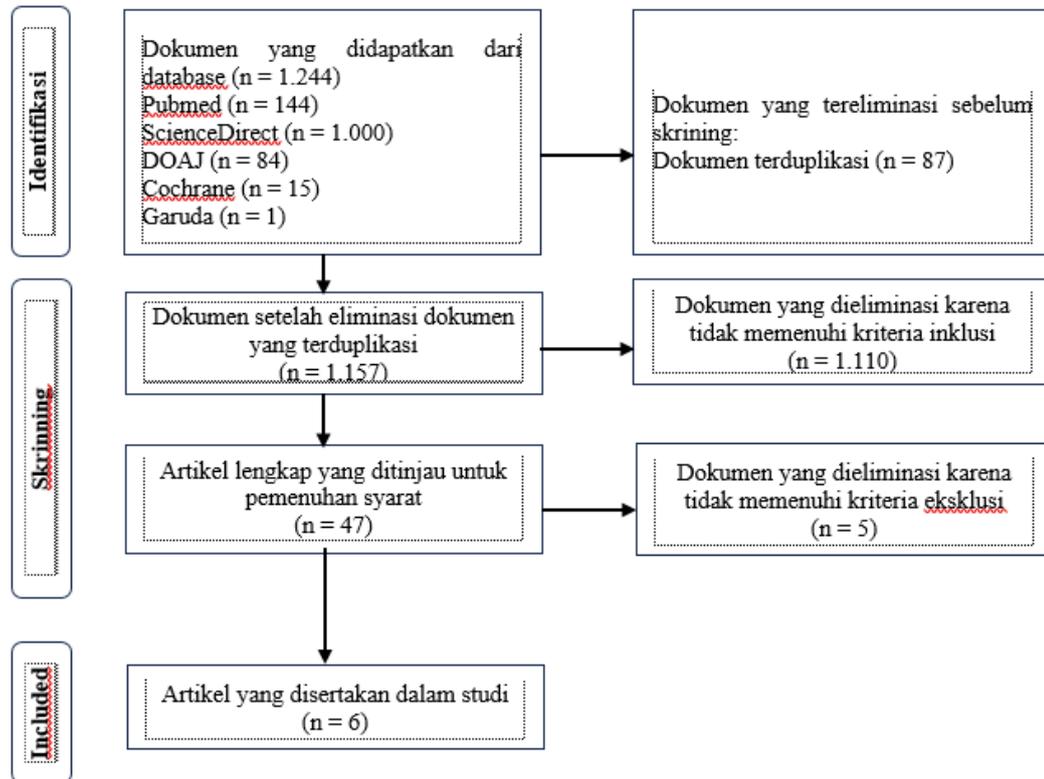
Proses skrining artikel dilakukan berdasar kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu; berupa *original research*, membahas mengenai kejadian kecemasan dan faktor yang mempengaruhi terhadap petani, tersedia secara *free full text*, tertulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Adapun kriteria eksklusinya adalah artikel yang membahas kejadian kecemasan dan faktor yang berkaitan namun bukan pada petani yang bergerak di bidang perkebunan dan tanaman pangan.

Selanjutnya, literatur yang telah melewati tahapan skrining ditelaah lebih lanjut untuk dikutip hasil penelitiannya lalu dilampirkan

dalam bagian hasil dan pembahasan. Dalam prosesnya, setiap tahapan terangkum dalam diagram PRISMA *flow chart* pada bagian hasil dan pembahasan.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelusuran dari beberapa jurnal maka ditemukan sebanyak 1244 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang digunakan sesuai dengan pada gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alur Penelitian

Pada gambar 1, setelah dilakukan pencarian literatur pada *database*, didapatkan sejumlah artikel yang dapat diakses secara *free full text* melalui pencarian menggunakan kata kunci yakni sebanyak 1.157. Sejumlah artikel ini kemudian diskruining satu per satu dari judul, abstrak dan kata kuncinya menyesuaikan dengan kriteria yang telah ditentukan. Dari hasil tersebut diperoleh sebanyak 47 artikel yang kemudian dilakukan telaah teks secara penuh untuk memastikan kesesuaian isi dengan apa yang dicari dan memperoleh hasil untuk dipaparkan pada bagian ini. Namun setelah melalui *review*, ditemukan beberapa ketidaksesuaian dengan isi

penelitian, beberapa bukan merupakan *original research*, beberapa tidak membahas faktor yang berhubungan dengan kejadian kecemasan pada petani secara langsung dan membahas kejadian kecemasan dan faktor yang berkaitan namun bukan pada petani yang bergerak di bidang perkebunan dan tanaman pangan yang

Beberapa penelitian yang menunjukkan hasil tidak signifikan, dan atau bukan merupakan variabel utama yang diteliti sehingga dari berbagai eksklusi tersebut didapatkan jumlah akhir sebanyak 6 riset penelitian yang dianalisis secara sistematis dengan hasil terlampir dalam tabel 1.

Tabel 1. Artikel yang digunakan dalam analisis

Penulis dan Tahun Publikasi	Desain Penelitian dan Pengambilan Sampel	Negara	Waktu dan Metode Pengambilan Data	Besar Sampel dan Rata-Rata Usia	Skala Pengukuran	Faktor yang Berhubungan dengan Kecemasan pada Petani
McElrone et al. (2022)	<i>Cross sectional</i> ; Sukarela	Amerika Serikat	Survei Daring; Desember 2020 - Februari 2021	40; NR	COVID-19 <i>Anxiety Scale</i>	Secara keseluruhan, responden melaporkan kecemasan terkait COVID-19 dengan skor rata-rata penilaian 20.0 ± 5.65 dari skor maksimal 28. Hanya empat responden yang tidak memiliki indikasi kecemasan akibat COVID-19.
Mehra et al. (2022)	<i>Cross sectional</i> ; NR	India	Survei Secara Langsung; 2020	375; NR	GHQ-28; ASIQ; <i>Resilience scale</i>	Petani yang tidak memiliki lahan lebih banyak menunjukkan gejala kecemasan, somatik, dan insomnia dibandingkan dengan petani pemilik tanah. Dengan kata lain, terdapat korelasi negatif antara kecemasan dan insomnia dengan status kepemilikan lahan pada petani ($r = -0.384, P < 0.01$)
Rudolphi et al. (2024)	<i>Cross Sectional</i> ; <i>Random Sampling</i>	Amerika Serikat	Survey Daring; 2020 - Mei 2021	536; NR	PHQ-9; GAD-7	Penelitian ini membandingkan hubungan antara berbagai

<p>Sapbamre Cross r et al. <i>Sectional</i>; (2022) <i>Purposive Sampling</i></p>	<p>Thailan Wawancara 1.676; GAD-7; d Langsung; NR PHQ-9 Desember 2021 - Januari 2022</p>	<p>variabel berdasarkan tingkatannya dengan kejadian kecemasan dan depresi pada petani pria dan wanita. Berkaitan dengan masalah finansial dan hubungan <i>interpersonal</i>, pria cenderung memiliki proporsi kecemasan lebih tinggi dibandingkan wanita. Namun sebagai akibat dari wilayah kerja yang terisolasi dan rendahnya dukungan keluarga, wanita memiliki proporsi kecemasan lebih tinggi dibandingkan pria. Faktor- faktor lainnya seperti perubahan iklim, kondisi ekonomi dan tekanan waktu turut berperan dalam kejadian kecemasan pada petani terlepas dari perbedaan proporsinya pada pria dan wanita. Penelitian ini mengkaji pengaruh perubahan yang terjadi pada kondisi COVID-19</p>
---	--	--

					dalam kegiatan bekerja petani terhadap kondisi kesehatan mentalnya. Didapatkan bahwa berkurangnya hari kerja dan perubahan penggunaan bahan agrokimia berhubungan dengan tingkat kecemasan. Peningkatan tanggungan rumah tangga juga didapatkan berhubungan dengan tingkat kecemasan.
Abunyewa Simple h et al. <i>random and</i> (2023) <i>snowball</i> <i>sampling</i>	Ghana	September 2022 - Maret 2023	507	DIMS; PSCS	Kekeringan berhubungan dengan meningkatnya kecemasan pada petani dan sosial kapital memoderasi hubungan di antara keduanya
Serrano- <i>Cross</i> Medina et <i>sectional</i> ; al. (2019) NR	Meksik o	Wawancara Langsung; Mei 2017 - Mei 2018	140; 32.4 - untuk kasus dan 23.4 untuk kontro l	MINI	Penelitian ini menghubungkan antara petani yang terpapar pestisida dengan kondisi kesehatan mentalnya. Pada petani yang sedikit terhambat aktivitas enzimatisnya karena penggunaan organofosfat, 25% di antaranya memenuhi kriteria diagnosis depresi berat

dengan perilaku bunuh diri, 23.9% menunjukkan kecemasan umum, 23.5% menunjukkan kombinasi antara depresi-kecemasan, dan 22% sisanya memenuhi kriteria depresi berat dan yang tidak memiliki gangguan. Pada petani yang memiliki gangguan kecemasan, terdapat perbedaan yang signifikan pada nilai aktivitas enzim *asetilkolinesterase* dibandingkan dengan yang tidak terpapar.

Data Tabel 1 menjelaskan secara keseluruhan, berbagai faktor mulai dari aspek individu, pekerjaan, hingga lingkungan memengaruhi tingkat kecemasan

petani. Temuan ini memberikan gambaran bahwa intervensi perlu mencakup dukungan sosial, pengelolaan lingkungan kerja, dan strategi kesehatan mental.

PEMBAHASAN

Faktor yang memicu kecemasan pada petani berasal dari berbagai aspek, baik yang berasal dari lingkungan pekerjaan maupun ranah pribadinya. Faktor yang berhubungan dengan pekerjaan diantaranya adalah penggunaan pestisida dan perubahan penggunaan bahan kimia, perubahan iklim termasuk kekeringan, kepemilikan lahan pertanian, dan lingkungan kerja yang terisolasi. Kondisi Pandemi COVID-19 juga memiliki efek terhadap kejadian kecemasan pada petani baik secara langsung

maupun tidak. Keadaan bekerja sebagai akibat kondisi pandemi seperti berkurangnya hari kerja berkorelasi positif dengan tingkat kecemasan pada petani. Dalam ranah pribadi, jenis kelamin, kondisi finansial keluarga seperti meningkatnya tanggungan hutang, dan hubungan *interpersonal* seperti dukungan keluarga juga berperan dalam kejadian kecemasan pada petani.

Jenis Kelamin

Suatu penelitian di Amerika Serikat menunjukkan perbedaan proporsi kecemasan pada petani pria dan wanita ditinjau dari berbagai variabel yang mempengaruhinya (Rudolphi et al., 2024). Hal ini mungkin dapat dikaitkan dengan faktor psikososial dan biologis yang ada. Dalam faktor psikososial, maskulinitas dapat menjadi pelindung dari perkembangan kecemasan, sedangkan feminitas dapat menjadi faktor risiko. Dalam faktor biologis, pengaruh potensial dari struktur otak, genetik, dan fluktuasi hormon seksual ditunjukkan dapat menjadi penyebab kecemasan yang lebih besar pada wanita dibandingkan pria (Farhane-Medina et al., 2022).

Penelitian lainnya oleh Montgomery et al. (2024), mungkin memang mendapatkan hasil sedikit berbeda yakni petani laki-laki dilaporkan cenderung lebih tidak bahagia dalam menjalankan perannya sebagai petani. Namun dalam penelitian yang sama, mengenai aspek psikososial justru didapatkan hasil yang sejalan bahwa proporsi petani perempuan yang mengalami depresi 5-12 kali jauh lebih tinggi dengan frekuensi ide bunuh diri yang juga sedikit lebih tinggi. Petani wanita menyatakan kekhawatiran yang lebih besar tentang keseimbangan antara kehidupan kerja dan masalah keuangan.

Peneliti berasumsi bahwa perbedaan jenis kelamin dalam kesehatan mental di kalangan petani menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap kecemasan dan depresi karena kombinasi unsur psikologis dan biologis. Sementara feminitas meningkatkan kerentanan, mungkin diperburuk oleh variasi anatomi otak, gen, dan perubahan hormon, maskulinitas dapat berfungsi sebagai unsur pelindung.

Perempuan juga memiliki lebih banyak kekhawatiran tentang stabilitas keuangan dan keseimbangan kehidupan kerja, yang memicu lebih banyak keputusan dan pikiran bunuh diri daripada laki-laki. Menariknya, petani laki-laki mengatakan mereka memiliki lebih sedikit kecemasan tetapi kurang bahagia dengan peran mereka, yang menekankan bagaimana peran gender konvensional dan harapan masyarakat secara khusus membentuk hasil kesehatan mental di lingkungan pertanian.

Masalah Finansial

Kondisi ekonomi khususnya masalah finansial dapat menjadi stresor yang pada akhirnya berhubungan dengan kecemasan pada petani (Rudolphi et al., 2024). Hubungan antara kemiskinan dan penyakit mental bersifat kausal. Kekhawatiran dan ketidakpastian yang muncul karena hidup dalam kemiskinan tampaknya menjadi pendorong utama munculnya masalah kesehatan mental, seperti halnya dampak kemiskinan pada perkembangan anak dan lingkungan tempat tinggal seseorang (Ridley et al., 2020).

Stres finansial yang muncul pada seorang petani dapat menurunkan kepuasan dalam hidupnya. Walaupun didapatkan juga bahwa hubungan di antara keduanya dapat bersifat positif atau negatif bergantung pada cara petani memahami pemicu stres dan mengelolanya, tidak setiap stres finansial dapat menurunkan tingkat kepuasan hidup. Petani sebenarnya memiliki potensi untuk meningkatkan kesehatan mental dan penilaian subjektif atas hidup mereka (Heo et al., 2020).

Peneliti berasumsi dengan kecemasan petani sebagian besar terkait dengan stres finansial, kemiskinan berdampak langsung

pada masalah kesehatan mental. Selain dampaknya pada perkembangan anak dan keadaan hidup, kemiskinan menyebabkan kecemasan dan ketidakpastian yang memicu masalah kesehatan mental. Kepuasan hidup petani dapat berkurang karena stres finansial; tetapi, hubungan antara keduanya dapat berubah tergantung pada bagaimana mereka melihat dan mengendalikan penyebab stres. Meskipun manajemen stres yang baik dan mekanisme penanganan adaptif membantu petani meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan subjektif mereka, tidak semua stres finansial mengakibatkan berkurangnya kepuasan hidup.

Hubungan *Interpersonal*

Dukungan keluarga dan hubungan *interpersonal* secara umum berpengaruh pada kecemasan pada petani (Rudolphi et al., 2024). Hubungan antara kecemasan dengan hubungan *interpersonal* yang dimiliki petani mungkin terjadi secara dua arah, dimana dalam suatu studi fenomenologi yang dilakukan pada petani di Kanada, didapatkan bahwa stres dan masalah kesehatan mental yang dimiliki dapat berpengaruh terhadap hubungan *interpersonal* mereka (Jones-Bitton et al., 2020).

Dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan teman, atau suami dan istri dapat menjadi penyangga terhadap stres di komunitas pertanian dan meningkatkan kesejahteraan para petani. Suatu penelitian yang dilakukan di Irlandia Utara mendapatkan adanya tingkat stres yang tinggi di komunitas pertanian yang mungkin disebabkan karena rasa kesepian yang lebih tinggi, adanya penyakit, dan rasa komunitas yang buruk dibandingkan dengan populasi umum (Cassidy & Carswell, 2024).

Peneliti berasumsi bahwa tingkat kecemasan di kalangan petani sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan interaksi antarpribadi; hubungan tersebut mungkin bias dalam kedua hal. Seperti yang ditunjukkan dalam studi fenomenologi yang dilakukan di Kanada, stres dan masalah kesehatan mental yang dialami petani dapat memperburuk hubungan mereka. Dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, atau pasangan membantu masyarakat petani untuk melawan stres dan meningkatkan kesejahteraan petani. Tingkat stres yang tinggi di masyarakat petani, seperti yang terlihat di Irlandia Utara, dapat disebabkan oleh berbagai faktor termasuk meningkatnya rasa kesepian, penyakit, dan berkurangnya rasa kebersamaan dibandingkan dengan masyarakat umum, sehingga menggarisbawahi kebutuhan penting untuk membangun jaringan sosial yang mendukung.

Penggunaan Pestisida

Suatu penelitian di Meksiko mendapatkan adanya gangguan kesehatan mental pada petani yang terpapar pestisida ditunjukkan dengan perbedaan yang signifikan antara petani dengan gangguan kecemasan yang terpapar dan yang tidak (Serrano-Medina et al., 2019). Perubahan penggunaan bahan agrokimia pun dikaitkan dengan kecemasan (Sapbamrer et al., 2022).

Mekanisme yang mendasari terjadinya perubahan perilaku terkait pestisida masih membutuhkan verifikasi lebih lanjut meskipun sejumlah target telah dievaluasi. Penemuan ini harus ditentukan sepenuhnya apakah perubahan perilaku disebabkan oleh faktor fisiologis, kimia, genetik, kombinasi dari faktor-faktor ini dan/atau beberapa alasan lainnya.

Beberapa penelitian telah mengonfirmasi bahwa paparan terhadap *glifosat*, baik dalam bentuk kimia murni atau dalam campuran herbisida, telah terbukti menyebabkan perubahan pada perilaku. Zat kimia ini menghambat *sintase 5-enolpyruvylshikimate-3-phosphate* (EPSP) yang dapat mengubah kadar produk akhir jalur *shikimate* seperti *fenilalanin*, *triptofan*, dan *tirosin* pada bakteri. Asam amino aromatik ini merupakan prekursor untuk neurotransmitter yang digunakan untuk komunikasi di dalam otak, hal ini dapat menjelaskan dampak perilaku yang ditemukan setelah paparan terhadap *glifosat* dan pestisida lainnya. Perubahan perilaku yang dimaksud seperti adanya kecemasan, depresi, ingatan dan aktivitas *lokomotor*, yang ditemukan setelah paparan pestisida pada hewan pengerat, ikan dan katak (Matsuzaki et al., 2023).

Petani yang terpapar pestisida diketahui memiliki masalah kesehatan mental; tingkat kecemasan antara orang yang terpapar dan tidak terpapar diketahui sangat berbeda. Meskipun penyebab mendasar perubahan penggunaan pestisida perlu dikonfirmasi sepenuhnya, kecemasan juga terkait dengannya. Peneliti berasumsi bahwa kemungkinan penyebab perubahan perilaku ini meliputi unsur fisiologis, kimia, genetik, atau kombinasi. *Glifosat*, misalnya, mengubah jalur *sintase EPSP*, sehingga mengubah jumlah asam amino aromatik—*fenilalanin*, *triptofan*, dan *tirosin*—yang merupakan prekursor neurotransmitter yang penting untuk transmisi otak. Gangguan tersebut menyoroti kemungkinan bahaya kognitif dari paparan pestisida bagi petani karena dapat membantu menjelaskan gejala perilaku termasuk kecemasan, kesedihan, masalah ingatan, dan perubahan

aktivitas *lokomotor* yang terlihat pada hewan yang terpapar.

Perubahan Iklim

Perubahan iklim berhubungan dengan kecemasan pada petani. Kondisi kekeringan misalnya, ditemukan berkorelasi positif dengan tingkat kecemasan pada petani (Abunyawah et al., 2023). Suhu ekstrem selama musim tanam pertanian yang merusak tanaman dan kesejahteraan ekonomi juga dilaporkan meningkatkan angka bunuh diri di wilayah pertanian di India (Carleton, 2017). Peningkatan kelangkaan air dan kekeringan yang telah terprediksi juga cenderung memperburuk kesejahteraan ekonomi dan psikologis seseorang. Perubahan iklim juga diperkirakan dapat menyebabkan peningkatan kekerasan dan konflik politik melalui peningkatan tekanan pada sumber daya, seperti lahan produktif dan mungkin dampak psikologis panas terhadap agresi (Burke et al., 2015). Dalam kasus masalah kesehatan yang lebih berat, berkurangnya hasil pertanian dan pendapatan karena curah hujan ekstrem menyebabkan meningkatnya angka depresi dan bunuh diri di daerah pedesaan Indonesia (Christian et al., 2019).

Kepemilikan Lahan

Suatu penelitian di India mendapatkan bahwa status kepemilikan lahan berkorelasi negatif dengan kecemasan dan insomnia pada petani, didapatkan bahwa petani yang tidak memiliki lahan lebih banyak menunjukkan gangguan kesehatan mental termasuk diantaranya kecemasan (Mehra et al., 2022). Hal ini mungkin didasari oleh pernyataan bahwa lahan pertanian merupakan aset penting bagi rumah tangga sektor pertanian selain perannya sebagai faktor produksi utama. Oleh karenanya, kepemilikan lahan

merupakan aspek yang fundamental sebagai proksi kapabilitas yang dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis seorang petani (Moeis et al., 2020).

Di kalangan petani, perubahan iklim sangat memicu kecemasan dan masalah kesehatan mental; kemarau dan peristiwa cuaca ekstrem telah dikaitkan dengan tingkat kecemasan dan bunuh diri yang lebih tinggi, terutama di wilayah seperti India dan pedesaan Indonesia. Peneliti berasumsi bahwa bencana cuaca ini memperburuk tekanan psikologis dan finansial serta mengurangi produksi pangan dan ekonomi yang stabil. Yang lebih membebani kesehatan mental adalah kelangkaan air dan lahan subur akibat iklim, yang meningkatkan konflik dan agresivitas. Kesejahteraan psikologis petani juga sangat dipengaruhi oleh kepemilikan tanah; penelitian mengungkapkan bahwa mereka yang tidak memiliki tanah lebih mungkin mengalami kecemasan dan insomnia karena tanah merupakan aset ekonomi utama dan penentu langsung produktivitas pertanian dan stabilitas rumah tangga, sehingga secara langsung memengaruhi hasil kesehatan mental.

COVID-19

Kondisi pandemi COVID-19 yang menimpa dunia didapatkan berhubungan dengan kecemasan pada petani (McElrone et al., 2022). Timbulnya kecemasan ini diasosiasikan dengan berbagai faktor seperti berkurangnya hari kerja, meningkatnya tunggakan rumah tangga, dan perubahan penggunaan bahan kimia (Sapbamrer et al., 2022). Kehilangan pendapatan dan pekerjaan akibat morbiditas karena COVID-19 dapat mengganggu kesehatan mental. Selain itu, adanya paparan trauma, meningkatnya kekhawatiran dan ketidakpastian, dan kesehatan fisik yang lebih buruk akan cenderung mengganggu

kesehatan mental, yang pada gilirannya akan mengurangi pendapatan dan pekerjaan seseorang (Ridley et al., 2020).

Peneliti berasumsi bahwa didorong oleh berbagai faktor termasuk hari kerja yang dipersingkat, meningkatnya utang rumah tangga, dan perubahan dalam penggunaan bahan kimia, epidemi COVID-19 telah dikaitkan dengan kecemasan yang lebih tinggi di kalangan petani. Dikombinasikan dengan trauma, meningkatnya ketidakpastian, dan menurunnya kondisi fisik, hilangnya pendapatan dan pekerjaan akibat morbiditas COVID-19 sangat mengganggu kesehatan mental. Kesulitan-kesulitan ini tidak hanya memengaruhi kesehatan mental tetapi juga memicu lingkaran setan di mana kesehatan mental yang buruk membahayakan produksi, pendapatan, dan stabilitas pekerjaan, sehingga memperburuk seluruh beban sosial ekonomi dan psikologis pada petani.

KESIMPULAN

Kecemasan pada petani merupakan hasil dari interaksi kompleks antara faktor individu, pekerjaan, dan lingkungan. Faktor-faktor individu seperti jenis kelamin, hubungan *interpersonal*, serta kondisi finansial menjadi penyumbang utama. Dukungan keluarga dan hubungan sosial yang kuat terbukti dapat menjadi pelindung terhadap kecemasan. Faktor pekerjaan meliputi penggunaan pestisida, status kepemilikan lahan, dan dampak perubahan iklim seperti kekeringan serta variabilitas cuaca ekstrem. Pandemi COVID-19 juga memiliki pengaruh signifikan, meningkatkan beban kerja, hutang rumah tangga, serta kecemasan terkait kesehatan. Dengan demikian, memahami dan

mengelola faktor-faktor ini sangat penting untuk mendukung kesejahteraan mental petani dan mengurangi dampak kecemasan dalam sektor pertanian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abunyewah, M., Erdiaw-Kwasie, M. O., Acheampong, A. O., Arhin, P., Okyere, S. A., Zanders, K., Frimpong, L. K., Byrne, M. K., & Lassa, J. (2023). Understanding Climate Change Adaptation In Ghana: The Role Of Climate Change Anxiety, Experience, And Knowledge. *Environmental Science & Policy*, 150, 103594. <https://doi.org/10.1016/j.envsci.2023.103594>
- Akbar, F. K. R. (2019). Analisis Risiko K3 Pemberantasan Hama Pekerjaan Pertanian Jeruk. *Journal Of Public Health Research And Community Health Development*, 3(1), 01. <https://doi.org/10.20473/jphrcode.v3i1.13067>
- Beniwal, A., & Mathur, A. (2022). Farmers' Wellbeing: A Scoping Review Of Psychological And Social Wellbeing Of Farming Community. *Bhartiya Krishi Anusandhan Patrika, Of*. <https://doi.org/10.18805/bkaph532>
- Bomble, P., & Lhungdim, H. (2020). Mental Health Status Of Farmers In Maharashtra, India: A Study From Farmer Suicide Prone Area Of Vidarbha Region. *Clinical Epidemiology And Global Health*, 8(3), 684-688. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2020.01.002>
- Burke, M., Hsiang, S. M., & Miguel, E. (2015). Climate And Conflict. *Annual Review Of Economics*, 7(1), 577-617. <https://doi.org/10.1146/annurev-economics-080614-115430>
- Carleton, T. A. (2017). Crop-Damaging Temperatures Increase Suicide Rates In India. *Proceedings Of The National Academy Of Sciences*, 114(33), 8746-8751. <https://doi.org/10.1073/pnas.1701354114>
- Cassidy, T., & Carswell, E. (2024). Stress And Wellbeing In Farmers: The Role Of Social And Psychological Capital. *Journal Of Clinical & Medical Images Case Reports*, 4(1), 1-7. <https://doi.org/10.55920/2771-019x/1663>
- Christian, C., Hensel, L., & Roth, C. (2019). Income Shocks And Suicides: Causal Evidence From Indonesia. *The Review Of Economics And Statistics*, 101(5), 905-920. https://doi.org/10.1162/rest_a_00777
- Daghagh Yazd, S., Wheeler, S. A., & Zuo, A. (2019). Key Risk Factors Affecting Farmers' Mental Health: A Systematic Review. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 16(23), 4849. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234849>
- De Oliveira, S. M. S., Cunha, M. I. V. A., Rosado, A. F. B., Saraiva, M., & Ferreira, C. R. C. (2024). Mindfulness And Psychological Inflexibility In Portuguese Adolescent Athletes: A Novel Framework For Understanding The Link Between Shame And Sports Anxiety. *Journal Of Clinical Sport Psychology*, 1-18. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2023-0041>
- Farhane-Medina, N. Z., Luque, B., Taberner, C., & Castillo-

- Mayén, R. (2022). Factors Associated With Gender And Sex Differences In Anxiety Prevalence And Comorbidity: A Systematic Review. *Science Progress*, 105(4). <https://doi.org/10.1177/00368504221135469>
- Javaid, S. F., Hashim, I. J., Hashim, M. J., Stip, E., Samad, M. A., & Ahababi, A. Al. (2023). Epidemiology Of Anxiety Disorders: Global Burden And Sociodemographic Associations. *Middle East Current Psychiatry*, 30(1), 44. <https://doi.org/10.1186/S43045-023-00315-3>
- Jones-Bitton, A., Best, C., Mactavish, J., Fleming, S., & Hoy, S. (2020). Stress, Anxiety, Depression, And Resilience In Canadian Farmers. *Social Psychiatry And Psychiatric Epidemiology*, 55(2), 229-236. <https://doi.org/10.1007/S00127-019-01738-2>
- Mandira, T. M., Marjohan, M., & Fernandes, F. (2019). Gambaran Kecemasan Narapidana Wanita Di Sumatera Barat. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), 213-217. <https://doi.org/10.33024/Hjk.V13i3.1665>
- Matsuzaki, R., Gunnigle, E., Geissen, V., Clarke, G., Nagpal, J., & Cryan, J. F. (2023). Pesticide Exposure And The Microbiota-Gut-Brain Axis. *The Isme Journal*, 17(8), 1153-1166. <https://doi.org/10.1038/S41396-023-01450-9>
- Mcelrone, M., Russomanno, J., & Wroth, K. (2022). A Pilot Study Assessing The Impacts Of Covid-19 On Tennessee Farmer Social Needs And Pandemic-Related Anxiety. *Journal Of Agriculture, Food Systems, And Community Development*, 1-11. <https://doi.org/10.5304/Jafs.cd.2022.113.009>
- Mehra, A., Gupta, T., & Behmani, R. K. (2022). Effect Of Land Ownership On Farmers' Mental Health, Suicidal Ideation, And Resilience. *Indian Journal Of Social Psychiatry*, 38(2), 118-123. https://doi.org/10.4103/Ijssp.Ijssp_129_20
- Mughal, A. Y., Devadas, J., Ardman, E., Levis, B., Go, V. F., & Gaynes, B. N. (2020). A Systematic Review Of Validated Screening Tools For Anxiety Disorders And Ptsd In Low To Middle Income Countries. *Bmc Psychiatry*, 20(1), 338. <https://doi.org/10.1186/S12888-020-02753-3>
- Munir, S., & Takov, V. (2024). Generalized Anxiety Disorder. In *Statpearls*. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/30458333>
- Padhy, B. M., Mohanty, R. R., Das, S., & Meher, B. R. (2020). Therapeutic Potential Of Ivermectin As Add On Treatment In Covid 19: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Journal Of Pharmacy & Pharmaceutical Sciences*, 23, 462-469. <https://doi.org/10.18433/Jpps31457>
- Rector, N. A., Bourdeau, D., Kitchen, K., Joseph-Massiah, L., & Laposa, J. M. (2024). *Anxiety Disorders An Information Guide*. https://www.camh.ca/en/hospital/Health_Information/A_Z_Mental_Health_And_Addiction_Information/Acute-Stress-Disorder/Documents/Anxiety_Guide_En.Pdf
- Reese, C. D. (2018). *Occupational Health And Safety*

- Management*. Crc Press.
<https://doi.org/10.1201/9781351228848>
- Ridley, M., Rao, G., Schilbach, F., & Patel, V. (2020). Poverty, Depression, And Anxiety: Causal Evidence And Mechanisms. *Science*, 370(6522).
<https://doi.org/10.1126/Science.Aay0214>
- Rudolphi, J. M., Cuthbertson, C., Kaur, A., & Sarol, J. (2024). A Comparison Between Farm-Related Stress, Mental Health, And Social Support Between Men And Women Farmers. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 21(6), 684.
<https://doi.org/10.3390/ijerph21060684>
- Sapbamrer, R., Sittitoon, N., La-Up, A., Pakvilai, N., Chittrakul, J., Sirikul, W., Kitro, A., & Hongsibsong, S. (2022). Changes In Agricultural Context And Mental Health Of Farmers In Different Regions Of Thailand During The Fifth Wave Of The Covid-19 Pandemic. *Bmc Public Health*, 22(1), 2050.
<https://doi.org/10.1186/s12889-022-14464-3>
- Saradhadevi, S., & Hemavathy, V. (2022). *Anxiety Disorders. Cardiomtry*. 24, 1010-1012.
- Sari, S., & Nouryend, N. (2022). Identifikasi Potensi Bahaya Dan Pengendaliannya Dengan Hazard Identification Risk Assessment And Risk Control. *Journal Industrial Servicess*, 7(2), 217.
<https://doi.org/10.36055/Jis.s.V7i2.12265>
- Serrano-Medina, A., Ugalde-Lizárraga, A., Bojorquez-Cuevas, M. S., Garnica-Ruiz, J., González-Corral, M. A., García-Ledezma, A., Pineda-García, G., & Cornejo-Bravo, J. M. (2019). Neuropsychiatric Disorders In Farmers Associated With Organophosphorus Pesticide Exposure In A Rural Village Of Northwest México. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 16(5), 689.
<https://doi.org/10.3390/ijerph16050689>
- Torske, M. O., Bjørngaard, J. H., Hilt, B., Glasscock, D., & Krokstad, S. (2016). Farmers' Mental Health: A Longitudinal Sibling Comparison - The Hunt Study, Norway. *Scandinavian Journal Of Work, Environment & Health*, 42(6), 547-556.
<http://www.jstor.org/stable/26386255>
- World Health Organization. (2023). *World Health Statistics*. World Health Organization.
- Zia-Ur-Rehman, M., Butt, A., & Shafique, M. (2022). Triangulation Of Impact Of Trust In Leadership, Employee Performance And Role Of Positive Organizational Support-An Empirical Analysis. *International Journal Of Business And Management Sciences*, 3(3), 87-101.
www.ijbms.org