

# Pengelolaan Kecemasan dan Ketidakpastian Dalam Menghadapi Wabah Covid-19

Lukman Al Farisi<sup>1</sup>, Teguh Wiyono<sup>2</sup>, Muhammad Nurhuda<sup>3</sup>

Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya<sup>1,2,3</sup>  
Jalan Ahmad Yani No.117, Jemur Wonosari, Kecamatan Wonocolo, Kota Surabaya, Jawa Timur 60237  
Indonesia<sup>1,2,3</sup>

lukmanalfarisi56@gmail.com<sup>1</sup>,

cjdw.teguh@gmail.com<sup>2</sup>,

nurhudamaju@gmail.com<sup>3</sup>

## Abstrak

Pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian dalam menghadapi wabah Covid-19 merupakan hal yang menarik untuk diteliti. Sebab di dalamnya memunculkan budaya baru di dalam proses interaksi sehari-hari. Jurnalis termasuk profesi yang memiliki aktivitas interaksi yang tinggi. Pada kondisi saat ini para jurnalis di Sidoarjo juga merasakan kecemasan dan ketidakpastian. Sebab mereka dituntut untuk bertemu dengan banyak orang disaat bekerja. Penelitian ini kemudian mencoba melihat bagaimana pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian yang dilakukan oleh para jurnalis di Sidoarjo. Melalui pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus serta melalui *analysis interactive*, penelitian ini berhasil mengungkapkan bagaimana para jurnalis di Sidoarjo melakukan pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian dirinya saat bekerja. Di antaranya dengan memegang teguh prinsip etika komunikasi, menghilangkan reaksi yang berlebihan hingga kesadaran diri dengan profesinya yang mendorong mereka tetap bisa melakukan interaksi dan komunikasi dengan orang di sekitarnya termasuk narasumber informasi.

**Kata Kunci:** kecemasan, ketidakpastian, Covid-19, jurnalis, komunikasi

Diterima : 15-08-2020 Disetujui : 16-12-2020 Dipublikasikan : 04-01-2021

# Management of Anxiety and Uncertainty in Facing the Covid-19

## Abstract

The management of anxiety and uncertainty in dealing with the Covid-19 outbreak is interesting to study. Because in it gave rise to a new culture in the process of daily interaction. Journalists are a profession that has high interaction activities. In the current conditions journalists in Sidoarjo also feel anxiety and uncertainty. Because they are required to meet many people at work. This research then tries to see how the management of anxiety and uncertainty is carried out by journalists in Sidoarjo. Through a qualitative approach with the type of case study and through interactive analysis, this research has succeeded in revealing how journalists in Sidoarjo manage their anxiety and uncertainty while working. Among others by upholding the principles of communication ethics, eliminating excessive reactions to self-awareness with the profession that encourages them to be able to interact and communicate with people around them, including informants.

**Keywords:** anxiety, uncertainty, Covid-19, journalist, communication

## Pendahuluan

Kemunculan wabah Covid-19 yang melanda dunia telah membuat sejumlah aktifitas kehidupan manusia berubah. Sebab wabah tersebut dinilai sebagai salah satu penyakit yang cukup banyak memakan korban dan harus diwaspadai. Hal itu tidak lain karena penularannya yang dianggap relatif cepat serta memiliki tingkat mortalitas yang tidak dapat diabaikan, serta belum adanya terapi definitif (Susilo et al., 2020). Di sisi lain, virus corona juga merupakan *zoonosis*, sehingga terdapat kemungkinan jika virus tersebut juga berasal dari hewan dan ditularkan ke manusia (D. Handayani, Hadi, Isbaniah, Burhan, & Agustin, 2020).

Kemunculan Covid-19 sejak akhir 2019 dan mulai menyebar awal tahun 2020 telah membuat manusia cemas. Bahkan para tenaga kesehatan harus memikirkan langkah apa yang sebaiknya diambil dalam upaya mencegah penularan Covid-19 tanpa mengabaikan kualitas pelayanan yang ada (R. T. Handayani, Arradini, Darmayanti, Widiyanto, & Atmojo, 2020). Hal itu tidak lepas dari banyaknya manusia yang tertular Covid-19. Pada aspek yang lebih luas misalnya pada tataran ekonomi global, pandemi Covid-19 telah berhasil memberikan dampak yang signifikan terhadap perekonomian domestik negara-bangsa dan keberadaan UMKM (Pakpahan, 2020).

Akibatnya banyak kebijakan yang diberlakukan oleh pemerintah seperti pembatasan sosial atau *social distancing* untuk menekan dan memutus mata rantai penyebarannya (Indraini, 2020). Misalnya saja seperti yang dilakukan oleh Pemprov

DKI Jakarta, Pemkot Solo, Pemprov Jawa Tengah dan dan Pemprov Jawa Barat (Zahrotunnimah, 2020). Beberapa langkah yang diterapkan oleh pemerintah tersebut cukup bervariasi, mulai dari pembatasan sosial berskala besar (PSBB), penerapan *physical distancing*, *social distancing*, dan semacamnya.

Masyarakat diminta untuk mematuhi protokol kesehatan, seperti menggunakan masker, memakai *hand sanitizer* hingga melakukan penyemprotan disinfektan. Bahkan kondisi seperti ini menuntut seseorang agar dapat menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) sebagai upaya melindungi diri dari penularan wabah virus, termasuk saat melaksanakan ibadah wajib seperti salat lima waktu (Syandri & Akbar, 2020).

Penerapan berbagai upaya pencegahan tersebut, ditambah dengan jumlah pasien yang terkonfirmasi tertular wabah corona telah membuat sebagian masyarakat cemas dan khawatir hingga aktivitas hariannya terganggu (Tashandra, 2020). Hal tersebut bukan tanpa alasan, sebab pasien yang terjangkit Covid-19 terus bertambah dan menyebar ke luar dari Negara China termasuk ke Indonesia (Ilpaj & Nurwati, 2020). Padahal di saat yang sama, manusia sebagai mahluk sosial dituntut untuk dapat berinteraksi, misalnya yang berkaitan dengan pekerjaan. Bahkan sebagian dari pasien Covid-19 terjangkit saat melakukan aktifitas pekerjaannya (Nugraheny, 2020). Sebab segala profesi dapat terpapar Covid-19 termasuk bagi mereka yang berprofesi sebagai jurnalis atau pewarta.

Organisasi kebebasan pers, *Press Emblem Campaign* (PEC) merilis setidaknya

ada 55 jurnalis di 23 negara meninggal akibat virus corona sejak 1 Maret 2020 (Suhartono, 2020). Jurnalis sebagai salah satu profesi yang tidak mengenal tempat tentu sangat rawan terjangkit Covid-19. Kasus kematian akibat Covid-19 juga menimpa jurnalis di Indonesia. Misalnya menimpa jurnalis otomotif yang masuk dalam daftar Pasien Dalam Pengawasan (PDP) harus meninggal dunia lantaran diduga terpapar virus corona di sebuah rumah sakit di Kota Tangerang Selatan (Cipta, 2020).

Ancaman Covid-19 terhadap jurnalis tidak main-main. Buktinya, salah seorang yang menduduki jabatan sebagai Divisi *News Gathering* di CNN Indonesia juga dipastikan terjangkit Covid-19 setelah melakukan pemeriksaan (Larassaty, 2020). Masyarakat yang berprofesi sebagai jurnalis tentu mau tidak mau harus tetap bekerja ditengah pandemi seperti ini. Sebab, pers memiliki peran yang cukup strategis dalam menghadapi informasi hoax. Hal tersebut tidak bisa lepas dari kebenaran yang di dalam konteks informasi pers yaitu memberitakan keadaan sebenarnya (Muhtadiyah, 2017).

Jika melihat kondisi yang ada, tentu sangat ironi. Jurnalis memiliki peran yang cukup besar dalam kehidupan demokrasi. Sebab jurnalis telah dinilai memiliki kemampuan untuk menciptakan kondisi saling memahami pada pihak yang terlibat konflik (Sunarni, 2014). Namun pada sisi yang lain, profesi jurnalis sangat rentan terpapar oleh wabah Covid-19. Apalagi jika wilayah penugasannya adalah di bidang kesehatan yang bertugas menginformasi update perkembangan pasien Covid-19, baik yang ada di rumah

sakit maupun di ruang-ruang isolasi lainnya. Sebab hal itu tidak bisa lepas dari fungsi utama pers yaitu layanan publik atau *public service* (Adi, 2016).

Sebagai pelayan publik, tentu mobilitasnya tinggi dan sering kali harus bertemu dengan banyak orang di lokasi yang berbeda. Sebagai seorang manusia yang memiliki rasa cemas, melihat wabah Covid-19 yang masih terus terjadi, tentu menjadi tantangan tersendiri untuk tetap dapat bekerja secara profesional. Sebenarnya wabah serupa juga pernah dihadapi Indonesia, seperti wabah flu burung. Wabah itu juga telah menimbulkan kecemasan dan ketakutan dimana-mana (Kurniawati, 2015).

Rasa takut, cemas dan ketidakpastian selalu mengahantui masyarakat yang dekat dengan kawasan yang terindetifikasi ke dalam zona merah. Di Sidoarjo misalnya, sebanyak 21 warga di satu RW dinyatakan positif corona dan menjadi salah satu cluster baru penyebaran wabah Covid-19 serta harus menjalani isolasi mandiri (Suparno, 2020). Kasus tersebut sempat heboh lantaran diduga akibat nekat membuka peti jenazah lalu memandikan warga yang positif Covid-19 (Faizal, 2020).

Kasus tersebut tentu membuat para wartawan di Sidoarjo harus datang ke lokasi untuk memastikan peristiwa sebenarnya. Kasus tersebut semakin menjadi beban bagi kalangan jurnalis untuk melakukan proses peliputan. Sejumlah jurnalis di Sidoarjo bahkan mengaku takut untuk meliput kasus Covid-19 (Arifin, 2020). Paling tidak para jurnalis di Sidoarjo perlu untuk mengatur pola kecemasan dan ketidakpastian diri saat harus mendatangi wilayah yang terpapar wabah Covid-19.

Penelitian ini akan mencoba mengulas hal tersebut.

### Kajian Pustaka

Setiap komunikasi yang dilakukan oleh manusia selalu memiliki hambatan-hambatan yang tidak dapat dihindari (Rismayanti, 2018). Oleh karena itu di dalam konteks komunikasi budaya manusia harus mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru. Proses adaptasi tersebut merupakan sebuah proses yang berlangsung secara terus-menerus ibarat sebuah *journey* (Iqbal, 2014). Sehingga kecemasan dan ketidakpastian yang timbul harus mampu dikelola dengan baik oleh orang-orang yang terlibat dalam proses komunikasi.

Diantaranya mengenai adaptasi mahasiswa asing di Universitas Padjajaran yang menyebutkan jika mahasiswa asing harus mampu beradaptasi dengan budaya yang ada di sekitarnya (Mas'Amah, 2015). Setidaknya ada beberapa adaptasi yang dilakukan oleh mahasiswa yang menempuh pendidikan di Universitas Padjajaran di Jatinangor, yaitu mulai dari adaptasi pergaulan, bahasa, *style* atau cara berpakaian, jadwal makan dan minum, adaptasi tempat hingga aktivitas (Mas'Amah, 2015).

Penjelasan mengenai bentuk adaptasi yang dilakukan oleh mahasiswa juga dijelaskan di dalam sebuah artikel yang mengupas tentang pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian mahasiswa perantauan yang menempuh pendidikan di Unisma Bekasi (Primasari, 2014). Primasari menyimpulkan bahwa kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa perantauan disebabkan oleh beberapa hal, seperti

perbedaan gaya hidup, bahasa dan kebiasaan. Sementara faktor utama yang menyebabkan bentuk ketidakpastian muncul pada mahasiswa baru tidak lain karena masalah informasi mengenai lingkungan baru sangat minim.

Menurut Primasari upaya mahasiswa perantauan dalam mengatasi kecemasan dan ketidakpastian adalah melalui strategi interaktif yang mampu mencapai tahapan afektif berupa komitmen di dalam upaya membangun pertemanan. Sebab menurut Primasari ketidakpastian yang dialami oleh mahasiswa perantauan yaitu ketidakpastian pada perilaku. Membangun hubungan dan komitmen pertemanan cukup membantu mahasiswa perantauan dalam mengatasi kecemasan dan ketidakpastian.

Terdapat juga pembahasan tentang adaptasi terhadap lingkungan baru dan budaya baru yang berkaitan dengan kegelisahan dan ketidakpastian narapidana di dalam proses komunikasi kelompok (Bahfiarti, 2020). Bahfiarti menyimpulkan bahwa upaya mantan narapidana di dalam mengelola bentuk kegelisahan dan ketidakpastian tersebut dilakukan melalui dua strategi, yaitu strategi pasif dan strategi aktif. Strategi pasif ditandai dengan sikap pasif dan penarikan diri. Sementara strategi aktif ditandai dengan aktif berinteraksi dan berkomunikasi serta membuka diri terhadap kelompok Bugis.

Ketidakpastian dan kecemasan tidak hanya dirasakan oleh mahasiswa dan narapidana, namun juga mereka yang berprofesi sebagai auditor dan auditee (Diana & Lukman, 2018). Salah satu bentuk kecemasan yang dialami oleh auditor adalah adanya rasa tegang saat berhadapan dengan auditee. Sementara ketidakpastian

yang dialami oleh auditor lebih banyak berada pada ranah kognitif yaitu adanya keraguan pada keterangan auditee.

Diana dan Lukman mengemukakan bagaimana auditor mampu mengelola kecemasan dan ketidakpastian yang dialaminya. Salah satunya melalui upaya pencarian informasi yang lengkap terkait auditee dan entitasnya. Bahkan yang menarik adalah juga melalui upaya pendekatan agama seperti berdoa dan meyakinkan dirinya sendiri hingga upaya mendekatkan diri kepada Tuhan. Hal ini nampak berbeda dari beberapa temuan lain sebelumnya.

Teori pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian atau *Anxiety & Uncertainty Management Theory* (AUM) yang dikembangkan oleh Gudykunst sebenarnya untuk melihat aplikasi daripada *Uncertainty Reduction Theory* (URT) pada kalangan anggota kelompok terhadap suatu adaptasi budaya baru (Gudykunst, 2005). Menurut Gudykunst, teori ini berasumsi bahwa orang asing merupakan mereka yang tidak kita kenal serta mereka yang telah berada di lingkungan yang juga tidak dikenalnya. Sehingga menurut Gudykunst, interaksi yang dilakukan dengan orang asing dapat dicirikan oleh timbulnya kecemasan dan ketidakpastian, sehingga pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian adalah bagian dari proses utama yang mempengaruhi proses komunikasi dengan orang asing (Gudykunst, 2005).

Kecemasan sendiri adalah timbulnya sebuah perasaan gelisah, penuh kekhawatiran, ketegangan dan ketakutan terkait dengan apa yang akan terjadi nantinya. Sementara ketidakpastian sendiri adalah suatu ketidakmampuan seseorang

di dalam memprediksi serta menjelaskan perilaku mereka sendiri atau perilaku orang lain (Littlejohn & Foss, 2009). Sehingga kecemasan dan ketidakpastian sangat berpengaruh terhadap pola interaksi sosial dan komunikasi yang dilakukan. Paling tidak terdapat beberapa kategori yang bisa membantu memahami konsep AUM.

Gudykunst menjelaskan kategori tersebut di antaranya menyangkut konsep diri, motivasi untuk berinteraksi dengan orang lain, reaksi terhadap orang asing, kategori sosial atas orang lain, proses situasional, koneksi dengan orang asing hingga interaksi etis (Gudykunst, 2005). Kategori tersebut dapat mengantarkan pemahaman bagaimana proses kecemasan dan ketidakpastian itu bisa terjadi. Jika melihat beberapa kategori itu, maka pengelolaannya terhadap kecemasan dan ketidakpastian dapat dilakukan dengan melakukan perhatian penuh.

Langer berpendapat bahwa *mindfulness* mencakup sebuah proses di dalam menciptakan sebuah kategori baru, terbuka terhadap informasi baru, dan mengenali perspektif orang asing (Gudykunst & Kim, 2003). Meski demikian, konsep AUM dapat dijadikan sebagai analisis terhadap proses interaksi sosial di dalam budaya baru akibat wabah Covid-19.

## Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan sebuah strategi umum yang akan digunakan atau dianut dalam pengumpulan dan analisis data, yang nantinya digunakan untuk menjawab masalah yang dihadapi (Mundir, 2005). Pendekatan di dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Burhan Bungin menjelaskan bahwa penelitian



kualitatif adalah proses penelitian yang memiliki tingkat kritisme yang lebih dalam dari semua proses penelitian yang dilakukan (Bungin, 2007). Sementara jenis yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Studi kasus didefinisikan sebagai sebuah deskripsi dan analisis yang mendalam dari *bounded system* (Merriam & Tisdell, 2015). Penelitian studi kasus memiliki tujuan untuk menguji pertanyaan dan masalah penelitian, yang tidak dapat dipisahkan antara fenomena dan konteks di mana fenomena tersebut terjadi (Naftali, Ranimpi, & Anwar, 2017). Sehingga data dikumpulkan melalui proses observasi, wawancara dan dokumentasi.

Data yang dikumpulkan tersebut berasal dari dua jenis sumber data, yaitu sumber primer dan sekunder. Data primer berasal dari sumber-sumber yang memberikan data secara langsung dari tangan pertama atau merupakan sumber asli (Arikunto, 2006). Sedangkan data sekunder yaitu jenis data yang tidak bisa memberikan informasi langsung kepada pengumpul data (Prastowo, 2012). Observasi merupakan suatu istilah yang diarahkan pada kegiatan memperhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, kemudian mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut (Masruhan, 2013).

Sedangkan wawancara digunakan apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam (Sugiono, 2009). Di dalam penelitian ini, sumber primer dikumpulkan melalui proses wawancara yang mendalam secara

langsung dengan empat jurnalis yang bekerja di empat jenis media, yaitu media cetak, televisi, radio dan online.

Sementara dokumentasi digunakan untuk menggali data-data yang tersimpan, seperti berkas-berkas materi atau sebuah skrip siaran dan juga sejumlah foto pada saat wawancara berlangsung ketika penelitian di lokasi (Basrawi, 2008). Pada penelitian ini, model analisis yang dipakai adalah *analysis interactive* dari Matthew B. Miles dan A. Michael Huberman. Yaitu melalui cara pengumpulan data-data lalu direduksi, kemudian data disajikan dan disimpulkan atau diverifikasi kembali (Miles & Huberman, 1994).

## Hasil Dan Pembahasan

### Konsep Diri Jurnalis Sidoarjo Dan Motivasi Berinteraksi Sosial

Secara umum para jurnalis di Sidoarjo memiliki konsep diri yang matang dalam melakukan interaksi sosialnya. Konsep diri yang matang tersebut tidak lepas dari profesi sebagai seorang jurnalis yang memiliki sejumlah integritas tinggi atas profesinya. Seorang jurnalis akan terikat dengan sebuah sistem yang ada pada media massa, yang mana media massa akan terikat oleh sebuah aturan yang ada pada undang-undang tertentu (Sukartik, 2016).

Bagi mereka para jurnalis menyebut dirinya sebagai seorang jurnalis merupakan kebanggaan. Sebab selain dikenal sebagai salah satu profesi yang dapat berinteraksi dan bertemu dengan siapa saja yang dikehendaknya.

*“Karena profesi sebagai jurnalis itu sebenarnya bukan perkara mudah, tapi walau begitu profesi apapun sangat*

*terbuka dan welcome terhadap profesi saya ini, dan ini membuat saya semakin percaya diri saat bertugas meliput dan mencari informasi di lapangan (Wawancara Pratimi, Selasa, 12 Mei 2020)".*

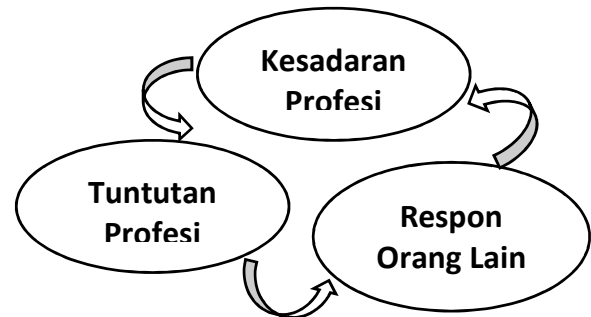
Percaya diri telah tumbuh dalam diri para jurnalis akibat tuntutan untuk dapat menembus narasumber yang sangat dibutuhkan dalam proses penggalian informasi di lapangan. Di mana secara tidak langsung membuat motivasi untuk dapat berinteraksi dengan orang yang belum dikenal sebelumnya. Keberhasilan dalam menembus orang baru merupakan sebuah kebanggaan tersendiri. Persaingan jurnalis untuk menembus narasumber utama antar sesama jurnalis merupakan hal yang biasa. Jurnalis profesional seperti mereka akan berbeda dengan jurnalis warga.

Sebab di dalam *citizen journalism* hanya mengandalkan keterlibatan warga dalam aktifitas jurnalistik tanpa memandang latarbelakang pendidikan serta keahlian untuk dapat merencanakan, menggali, mencari, mengolah serta melaporkan informasi kepada orang lain (Nurudin, 2009).

Konsep diri jurnalis profesional akan berbeda dengan konsep diri jurnalisme warga. Para jurnalis di Sidoarjo menjadikan warga atau masyarakat sebagai informan yang akan digali informasinya untuk kemudian diolah dengan data-data yang lain, termasuk hasil pengamatan di lapangan bahkan hingga pada data-data yang diambil dari berbagai literatur yang ada untuk tujuan atau keperluan jurnalistiknya. Hal itu juga yang membuat para jurnalis di Sidoarjo sangat percaya diri dan mempengaruhi mereka di dalam

berinteraksi dengan orang lain.

Gambar 1. Sirkulasi Konsep Diri Dan Motivasi Interaksi Jurnalis.



Sumber : Hasil Penelitian

Namun pada perjalanannya, wabah Covid-19 diakui membawa dampak yang cukup besar terhadap pekerjaan mereka sebagai seorang wartawan. Semua itu timbul akibat kekhawatiran masyarakat akan wabah Covid-19. Bagi mereka yang berprofesi jurnalis, kerap mengalami kendala saat mencoba melakukan komunikasi. Kendala tersebut bukan hanya timbul bagi orang yang akan dijadikan sebagai narasumber sebuah informasi tapi juga di dalam tataran lingkungan tempat tinggalnya. Kendala seperti itu bukan hanya menjadi beban dirinya sebagai seorang jurnalis namun juga bagi keluarganya di lingkungannya.

*"...Ya tentu kita mengakui, kalau profesi jurnalis sebenarnya sangat rentan terpapar dengan virus, sebab kita bertemu dengan banyak orang setiap harinya, dan bisa berada di tempat yang berbeda-beda, itu sih konsekuensi bagi saya (Wawancara Pratimi, Selasa, 12 Mei 2020)".*

Sebagai seorang yang berprofesi sebagai jurnalis, mereka tetap harus dapat bertemu dan berinteraksi sosial dengan

orang lain, bukan hanya dengan sesama jurnalis. Tuntutan untuk dapat menggali informasi dengan berbagai sumber menjadi motivasi tersendiri bagi jurnalis di Sidoarjo untuk membangun sebuah interaksi sosial. Salah satu cara yang dapat menumbuhkan motivasi interaksi sosial tersebut adalah menyadari bahwa dirinya seorang jurnalis, yang disegani masyarakat, pejabat, dan sebagainya.

### Prinsip Reaksi Serta Kategori Sosial Terhadap Orang Asing

Kemampuan untuk dapat bertemu dengan orang asing atau orang lain adalah modal utama yang harus dimiliki untuk dapat menjadi seorang jurnalis profesional. Bagi para jurnalis di Sidoarjo, siapapun orangnya dan apapun profesinya adalah sama. Mereka adalah sumber informasi yang wajib terbuka kepada para jurnalis terlebih bagi mereka yang menduduki strata sosial yang tinggi, serta mereka yang memiliki jabatan yang tinggi untuk dapat menghargainya sebagai seorang jurnalis.

Kendati demikian, para jurnalis di Sidoarjo mengakui, jika profesi mereka tidak dapat digunakan untuk menekan sumber informasi dan bahkan menakut-nakuti. Siapa pun orang yang ditemuinya wajib untuk dihormati. Bagi mereka narasumber seperti emas yang memiliki nilai yang sangat tinggi. Namun wabah corona sedikit merusak tatanan konsep yang selama ini dibangun.

*“...Jadi agak membingungkan, sebab di satu sisi saya harus tetap waspada saat bekerja di tengah pandemi seperti saat ini, di sisi yang lain, mereka narasumber yang kami datang tentu juga harus*

*waspada dengan saya, dan setiap kali bertemu dengan orang selalu jaga jarak, dan komunikasi seperti memang sedikit membuat rasa tidak nyaman (Wawancara Januar, Sabtu, 16 Mei 2020)”.*

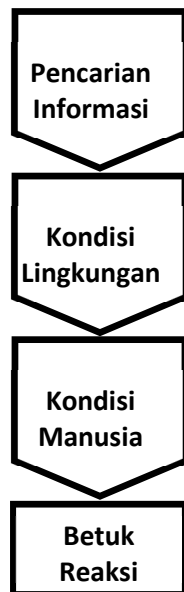
Di sisi lain, untuk menanggulangi masalah-masalah yang sama, pencarian informasi terhadap orang lain atau narasumber menjadi penting. Bagi para jurnalis, kesehatan dan keselamatan dirinya menjadi salah satu faktor yang harus dipastikan. Terkadang pertemuan dengan narasumber yang memiliki jabatan politik dan pemerintahan justru semakin meningkatkan konsep kewaspadaan para jurnalis di Sidoarjo saat hendak berinteraksi langsung.

Para jurnalis berprinsip, siapa pun orangnya memungkinkan terpapar Covid-19. Apalagi mobilitas narasumber yang memiliki jabatan tertentu dianggap tinggi. Sehingga status sosial apapun tidak akan mempengaruhi terhadap kewaspadaannya terhadap penyebaran penyakit, terutama virus corona.

*“...Kan jurnalis tidak boleh membedakan narasumber yang ada, perlakuannya harus sama, kekhawatiran kita terhadap penularan Covid-19 tidak boleh menjadi alasan bahwa mereka yang duduk di pemerintahan dianggap lebih steril (Pratimi, Selasa, 12 Mei 2020)”.*



Gambar 2. Prinsi Reaksi



Sumber : Hasil Penelitian

Kendati demikian para jurnalis lebih memilih untuk tidak bereaksi yang berlebihan saat berinteraksi dengan orang lain. Bagi mereka, selama mentaati protokol kesehatan seperti menggunakan masker ditambah melakukan *social distancing* menjadi lebih utama dibanding harus melakukan kewaspadaan yang terlalu berlebihan. Sehingga tidak menghambat proses komunikasi dan interaksi sosial yang dilakukan. Sebab reaksi yang timbul merupakan bentuk mitigasi dirinya terhadap kemungkinan terjadinya penularan. Mitigasi sendiri diartikan sebagai setiap tindakan yang berkelanjutan yang dilakukan untuk mengurangi atau menghilangkan resiko jangka panjang terhadap harta dan jiwa manusia (Wardyaningrum, 2014).

#### Proses Situasional Ke Pembangunan Koneksi Terhadap Orang Asing

Kecemasan dan ketidakpastian diri dapat timbul akibat perbedaan konsep saat

berinteraksi dengan orang lain. Bagi para jurnalis, situasi yang dapat menimbulkan kecemasan dan ketidakpastian justru tumbuh saat informasi terhadap lingkungan dan lawan interaksi sosialnya. Bagi para jurnalis, semakin positif informasi yang diterima terhadap lingkungan dan lawan interaksinya, maka kecemasan dan ketidakpastian justru semakin hilang. Untuk itu, pencarian informasi situasi tentang lingkungan sekitar juga merupakan bentuk mitigasi.

Pengetahuan lokal berbasis mitigasi bencana dapat diartikan sebagai tradisi dalam suatu daerah untuk mengantisipasi terjadinya bencana (Hakim, Putro, & Rusmana, 2018). Tentu di dalam konteks kasus yang dialami oleh jurnalis di Sidoarjo adalah wabah Covid-19.

*“Kalau saya lebih melihat pada wilayah ya, mana yang masuk zona hijau, kuning atau merah. Karena bagi saya saat berada di wilayah yang masuk ke dalam zona merah, maka kekhawatiran saya justru semakin tumbuh, dan sikap saya kepada orang juga semakin waspada (Wawancara Rianto, Selasa, 19 Mei 2020)”*.

Saat situasi dianggap sangat berisiko, beberapa mereka lebih memilih untuk tidak datang ke lokasi secara langsung. Sebab kekhawatiran yang berujung pada kecemasan tidak dapat dihindari. Para jurnalis di Sidoarjo lebih memilih untuk merencanakan proses komunikasi dengan narasumber yang lebih aman. Pada saat yang sama, dibutuhkan suatu keterampilan perencanaan komunikasi. Sebab sebuah proses komunikasi yang dilaksanakan tidak luput dari berbagai rintangan atau hambatan (Wijaya, 2015).

Meski demikian, bagi para jurnalis di Sidoarjo, menjalin komunikasi bukanlah hal yang sulit. Mereka bahkan setiap hari terbiasa untuk membuat suatu perencanaan komunikasi. Akan tetapi pada konteks saat ini, hanya berbeda dalam aspek budaya yang harus dipahami dan dimengerti. Walaupun secara umum, mereka lebih banyak akan melihat keadaan lingkungan terlebih dahulu, untuk memastikan langkah yang akan dilakukan nantinya.

Gambar 3. Perbandingan Reaksi



Sumber : Hasil Penelitian.

Sebagian besar jurnalis di Sidoarjo mengalami kecemasan yang tinggi saat mengetahui kondisi lingkungan di mana mereka berada saat itu kurang positif. Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional negatif yang kemudian ditandai dengan adanya sebuah firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas (Annisa & Ifdil, 2016).

Penilaian terhadap lingkungan secara tidak langsung akan mempengaruhi terhadap penilainnya kepada orang yang berada di

lingkungan itu sendiri. Terkadang muncul keraguan untuk melakukan interaksi secara langsung meskipun sejumlah antisipasi agar tidak tertular telah dipersiapkan.

Beberapa jurnalis bahkan memilih untuk melakukan komunikasi secara tidak langsung dengan cara memanfaatkan *handphone* masing-masing. Secara umum, komunikasi dapat dikatakan sebagai sebuah perilaku atau aktivitas manusia yang utama dalam kehidupannya di muka bumi (Rudianto, 2015). Informan B misalnya yang memilih melakukan proses komunikasi dan interview dengan narasumber dengan memanfaatkan aplikasi WhatsApp. Bagi sebagian jurnalis, membangun koneksi komunikasi seperti itu lebih dapat membuat dirinya tidak merasa cemas, jika dibanding harus datang ke lokasi yang masuk ke dalam zona merah.

*“...Kita bekerja lintas wilayah, lintas ruang dan waktu. Sehingga ketika tuntutan itu datang dan mengharuskan untuk menuju sebuah wilayah, maka hal pertama harus kita lakukan memastikan keadaan lingkungannya, sosialnya, dan hal itu akan mempengaruhi bagaimana hubungan yang akan dibangun dengan orang lain (Wawancara Januar, Sabtu, 16 Mei 2020)”*.

Pada tahap membangun sebuah jaringan relasi, jurnalis akan melihat bagaimana kondisi yang sedang terjadi saat itu. Namun hal tersebut bukan berarti mengurangi tujuan utama sebuah jaringan itu dibangun serta dibentuk. Hanya saja pada saat proses interaksi tersebut dibangun, intensitas komunikasi yang dibangun lebih cenderung tidak begitu leluasa seperti biasanya. Sebab sekuat apapun rasa cemas tetap menghantui para jurnalis. Sesuai asal

kata *anxious* (cemas), yang berarti penyempitan atau pengecilan (Schwartz, 2000).

### Konsep Interaksi Etis Jurnalis

Penyebaran wabah Covid-19 di Sidoarjo telah membuat situasi yang ada menjadi tidak pasti, dalam arti aman dan tidaknya suatu lokasi dan manusia yang ada di dalamnya. Meski berada dalam situasi yang tidak pasti, namun para jurnalis sepakat bahwa sikap saling terbuka, saling menghormati dan saling memberikan semangat serta kasih sayang tetap menjadi prinsip utama dalam berinteraksi. Para jurnalis di Sidoarjo memahami bahwa di tengah kondisi yang membuat perubahan budaya akibat pandemi saat ini, suatu sikap toleransi terhadap orang lain serta saling menghormati harus diutamakan.

*"...Saling sawang sinawang lah, karena semua memahami bahwa interaksi memang tidak dapat dilakukan seperti sebelum terjadi wabah seperti ini. Sebenarnya banyak ada cara untuk tetap menghormati budaya yang ada, misalnya kalau awalnya saling berjabat tangan, saat ini cukup dengan isyarat berjarak (Wawancara Bahri, 25 Mei 2020)".*

Menjunjung tinggi etika baik saat berinteraksi seperti saat ini merupakan hal yang wajib dijunjung tinggi. Mereka mengungkapkan bahwa ada sebuah moralitas baik yang harus ditunjukkan oleh mereka sebagai seorang jurnalis. Pada tataran komunikasi misalnya, sikap saling sapa tetap harus berjalan. Mereka meyakini bahwa dengan begitu, persepsi lawan interaksi mereka akan ikut berubah positif.

Bagi mereka para jurnalis mematuhi protokol kesehatan yang dibarengi dengan sikap yang santun dalam berinteraksi

akan menurunkan rasa kecemasan dan ketidakpastian diri mereka terhadap orang lain. Konsep saling menghormati, saling sapa, murah senyum tidak boleh hilang. Sebagian jurnalis menyebut hal itu sebagai obat di tengah ketegangan yang terus menimpa dunia sosial masyarakat.

*"Budaya interaksi masyarakat mulai berubah, tetapi etika kesopanan tidak boleh lepas dari proses interaksi kita, sebab sikap saling mendukung dengan saling menghormati adalah obat dari ketegangan akibat wabah ini (Wawancara Bahri, 25 Mei 2020)".*

Para jurnalis menilai, perlu ada pertahanan diri yang harus dilakukan secara mandiri untuk meminimalisir hambatan komunikasi dalam proses interaksi mereka. Jurnalis-jurnalis Sidoarjo sepakat harus mematuhi protokol kesehatan. Bagi mereka hal tersebut merupakan salah satu bentuk pertahanan diri sendiri dalam melakukan interaksi di tengah ketidakpastian diri saat bertemu serta berkomunikasi dengan orang lain sehingga hal itu adalah sebuah kewajiban.

Suatu lingkungan akan membuat seseorang dapat menemui situasi baru yang dipenuhi ketidakpastian, sehingga manusia sebagai makhluk sosial dituntut agar bisa melakukan komunikasi sebagai salah satu bentuk usaha untuk memperoleh informasi serta komunikasi yang dipandang menjadi sebuah aktivitas yang serius serta yang sangat dibutuhkan untuk keberlangsungan di dalam kehidupannya (Anazuhriah, 2019).

Gambar 4. Prinsip Etis



Sumber : Hasil Penelitian.

Melalui kesadaran mematuhi protokol kesehatan, kekhawatiran yang timbul saat berinteraksi dengan orang lain, narasumber dan lingkungan akan berkurang. Bagi mereka lawan interaksi juga dinilai akan lebih tenang dan tidak akan terlalu khawatir saat akan berinteraksi dengan mereka.

Ketika dua arah saling memahami konsep interaksi di tengah wabah Covid-19, maka akan memudahkan segala bentuk komunikasi yang berusaha dibangun oleh para jurnalis di Sidoarjo, sehingga akan bisa memudahkan pekerjaan mereka.

### Kesimpulan

Wabah Covid-19 telah banyak mengubah budaya sosial masyarakat yang telah lama dibangun ke dalam bentuk budaya sosial baru. Bagi para jurnalis bahwa kecemasan dan ketidakpastian dapat dilawan melalui beberapa prinsip interaksi positif. Di antaranya sikap saling menghormati, saling mendukung, kesopanan yang tetap dijaga hingga sikap saling sapa dapat menjadi alternatif. Kewaspadaan yang terlalu tinggi hingga menimbulkan kecurigaan yang berlebih dinilai dapat menimbulkan masalah baru.

Menghilangkan reaksi yang berlebih dengan orang lain serta menghindari sikap membedakan lawan bicara adalah

sebuah keharusan bagi mereka sebagai sebuah solusi. Kesadaran bahwa siapapun dan profesi apapun dapat terjangkit corona adalah sebuah kesadaran yang bijak. Hal tersebut telah selaras dengan posisi mereka sebagai jurnalis bahwa siapapun di mata publik adalah sama.

Semua itu telah menjadi bagian dari bentuk pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian diri yang dilakukan oleh jurnalis di Sidoarjo dalam menghadapi wabah Covid-19. Sehingga profesionalisme sebagai seorang jurnalis bukan hanya ditunjukkan melalui berbagai laporan informasi, namun juga telah ditunjukkan melalui sikap nyata saat berinteraksi langsung dengan para narasumber mereka dan lingkungannya.

### Daftar Pustaka

- Adi, D. S. (2016). Jurnalisme Publik Dan Jurnalisme Warga Serta Perannya Dalam Meningkatkan Partisipasi Warga Dalam Proses Demokrasi. *Jurnal Nomosleca*, 2(1), 1–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.26905/nomosleca.v2i1.341>
- Anazuhriah. (2019). Pengurangan Ketidakpastian Melalui Komunikasi Interpersonal Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Common*, 3(1), 34–51. <https://doi.org/10.34010/COMMON.V3I1.1624>
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Arifin, M. J. (2020). Beberapa Jurnalis Sidoarjo Takut Meliput Kasus Corona.

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bahfiarti, T. (2020). *Kegelisahan dan ketidakpastian mantan narapidana dalam konteks komunikasi kelompok budaya Bugis Makassar*. 8(1), 29–41.
- Basrawi. (2008). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bungin, B. (2007). *Penelitian Kualitatif, Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Cipta, A. (2020). *Jurnalis Meninggal karena Virus Corona, Begini Penjelasan RSUD*.
- Diana, A., & Lukman, E. (2018). *Pengelolaan Kecemasan dan Ketidakpastian dalam Komunikasi Antarbudaya antara Auditor dan Auditee*. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 7(1), 99–108. <https://doi.org/10.7454/jki.v7i1.9666>
- Faizal, A. (2020). *Nekat Buka Plastik dan Mandikan Jenazah Terinfeksi Corona, 15 Warga Dusun di Sidoarjo Positif Covid-19*.
- Gudykunst, W. B. (2005). *Theorizing About Intercultural Communication*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Gudykunst, W. B., & Kim, Y. Y. (2003). *Communicating with Strangers: An Approach to Intercultural Communication*. New York: McGraw-Hill.
- Hakim, L., Putro, W. E., & Rusmana, D. S. A. (2018). *Etika Komunikasi dalam Mitigasi Bencana Berbasis Kearifan Lokal; Tradisi Temanten Kucing Desa Pelem, Kecamatan Campurdarat, Kabupaten Tulungagung*. *Representamen*, 4(02), 33–41. <https://doi.org/10.30996/v4i02.1739>
- Handayani, D., Hadi, D. R., Isbaniah, F., Burhan, E., & Agustin, H. (2020). *Penyakit Virus Corona 2019*. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 40(2), 119–129. <https://doi.org/https://doi.org/10.36497/jri.v40i2.101>
- Handayani, R. T., Arradini, D., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). *Pandemi covid-19, respon imun tubuh, dan herd immunity*. *Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 10(3), 373–380.
- Ilpaj, S. M., & Nurwati, N. (2020). *Analisis Pengaruh Tingkat Kematian Akibat Covid-19*. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(1), 16–28.
- Indraini, A. (2020). *Menilai Cara Pemerintah Menghadapi Gempuran Corona*.
- Iqbal, F. (2014). *Komunikasi dalam adaptasi budaya (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)*. *Jurnal Komunikasi PROFETIK*, 7(2), 65–76.
- Kurniawati. (2015). *Kecemasan Pedagang Unggas Tentang Wabah Penyakit Flu Burung Di Pasar Tungggoro*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 36–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jik.v4i1.72>
- Larassaty, L. (2020). *Covid-19 Mengancam Profesi Jurnalis di Indonesia*, CNN dan Metro TV Sudah Terkena Imbasnya.



- Littlejohn, S. W., & Foss, K. A. (2009). *Encyclopedia of Communication Theory*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Mas'Amah. (2015). Adaptasi Mahasiswa Asing Dan Luar Daerah Di Universitas Padjadjaran Kampus Jatinangor. *Jurnal Ilmiah LISKI (Lingkar Studi Komunikasi)*, 1(1), 15–32. <https://doi.org/10.25124/liski.v1i1.811>
- Masruhan. (2013). *Metodelogi Penelitian Hukum*. Surabaya: Hilal Pustaka.
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2015). *Qualitative research: A guide to design and implementation* (Fourth edi). San Fransisco: Jossey-Bass.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook* (Second Edi). Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Muhtadiah, D. (2017). Peran Jurnalisme Profetik Menghadapi Hoax. *Jurnal Dakwah Tabligh*, 18(2), 181–200.
- Mundir, S. (2005). *Metode Penelitian Membimbing dan Mengantar Kesuksesan Anda dalam Dunia Penelitian*. Surabaya: Insane Cendekia.
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>
- Nugraheny, D. E. (2020). 81.668 Kasus Covid-19 di Indonesia dan Tingginya Penularan di Tempat Kerja.
- Nurudin. (2009). *Jurnalisme Masa Kini*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Pakpahan, A. K. (2020). Covid-19 Dan Implikasi Bagi Usaha Mikro, Kecil, Dan Menengah. *Jurnal Ilmiah Hubungan Internasional*, 16(1), 59–64. <https://doi.org/10.26593/jihi.v0i0.3870.59-64>
- Prastowo, A. (2012). *Metode Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Primasari, W. (2014). *Pengelolaan Kecemasan dan Ketidakpastian Diri Dalam Berkomunikasi Studi Kasus Mahasiswa Perantau UNISMA Bekasi*. 12(April), 26–38.
- Rismayanti. (2018). Hambatan Komunikasi Yang Sering Dihadapi Dalam Sebuah Organisasi. *Jurnal Al-Hadi*, 4(1), 825–834.
- Rudianto. (2015). Komunikasi dalam Penanggulangan Bencana. *Jurnal Simbolika*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.1139/T08-100>
- Schwartz, S. (2000). *Abnormal Psychology: A Discovery Approach*. California: Mayfield Publishing Company.
- Sugiono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R dan D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhartono, A. (2020). Puluhan Wartawan di Seluruh Dunia Meninggal akibat Covid-19, Paling Banyak Ekuador.
- Sukartik, D. (2016). Peran Jurnalisme Warga Dalam Mengakomodir Aspirasi Masyarakat. *Jurnal Risalah*, 27(1), 10–16. <https://doi.org/10.24014/jdr.v27i1.2508>
- Sunarni. (2014). Jurnalis dan Jurnalisme Peka Konflik di Indonesia. *Jurnal Interaksi*, 3(2), 174–180. <https://doi.org/10.24014/jdr.v27i1.2508>

- org/10.14710/interaksi,3,2,174-180
- Suparno. (2020). 21 Warga Positif Corona, Satu RW di Sidoarjo Jalani Isolasi Mandiri.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., ... Cipto, R. (2020). Coronavirus Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019 : Review of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45–67. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- Syandri, S., & Akbar, F. (2020). Penggunaan Masker Penutup Wajah Saat Salat Sebagai Langkah Pencegahan Wabah Coronavirus Covid-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3), 261–268. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15105>
- Tashandra, N. (2020). Cara Mengatasi Cemas Berlebih karena Wabah Corona.
- Wardyaningrum, D. (2014). Perubahan Komunikasi Masyarakat Dalam Inovasi Mitigasi Bencana di Wilayah Rawan Bencana Gunung Merapi. *Jurnal ASPIKOM*, 2(3), 179. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v2i3.69>
- Wijaya, I. S. (2015). Perencanaan Dan Strategi Komunikasi Dalam Kegiatan Pembangunan. *Lentera*, 17(1), 53–61. <https://doi.org/10.21093/lj.v17i1.428>
- Zahrotunnimah, Z. (2020). Langkah Taktis Pemerintah Daerah Dalam Pencegahan Penyebaran Virus Corona Covid-19 di Indonesia. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3). <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15103>

