

PENGARUH PEMAHAMAN MITIGASI TERHADAP KECEMASAN MASYARAKAT PESISIR KOTA BANDAR LAMPUNG YANG MENERIMA BERITA MEGATHRUST

Elsa Aditiara

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung
elsaaditiara4@gmail.com

Satriani

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung

Meti Puspitasari

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of mitigation understanding on the anxiety levels of coastal communities in Kota Karang Subdistrict, Bandar Lampung, who received information regarding the potential megathrust earthquake. Mitigation understanding represents a cognitive aspect of disaster preparedness that plays a role in reducing both risk and psychological impacts arising from disaster threats. Meanwhile, anxiety is an emotional response that can affect an individual's mental condition, either realistically or irrationally. This research employed a quantitative approach using a survey method. Data were collected through an anxiety scale developed based on Calhoun & Acocella's theory and a mitigation understanding scale constructed based on the 2025 Regional Disaster Risk Assessment by the Regional Disaster Management Agency (BPBD). Reliability testing showed a Cronbach's Alpha value of 0.765 for the anxiety variable and 0.751 for the mitigation understanding variable. The sample consisted of 95 respondents from RT 05 and RT 07 of Kota Karang Subdistrict, Bandar Lampung. The results indicate a significant negative effect of mitigation understanding on community anxiety, with a contribution of 13.1%. This means that the higher the level of mitigation understanding, the lower the level of anxiety experienced by the community. These findings suggest that improving disaster mitigation literacy can serve as a preventive strategy to reduce the psychological impact of disaster threat information. Therefore, the government is encouraged to strengthen disaster education programs through accessible approaches and active community involvement.

Keywords: understanding mitigation, anxiety, coastal communities, news megathrust.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemahaman mitigasi terhadap tingkat

kecemasan masyarakat pesisir Kelurahan Kota Karang, Bandar Lampung, yang menerima informasi mengenai potensi megathrust. Pemahaman mitigasi merupakan aspek kognitif dalam kesiapsiagaan bencana yang berperan dalam menekan risiko dan dampak psikologis akibat ancaman bencana. Sementara itu, kecemasan merupakan respons emosional yang dapat memengaruhi kondisi mental individu secara realistis maupun irasional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Data dikumpulkan melalui skala kecemasan yang disusun berdasarkan teori Calhoun & Acocella serta skala pemahaman mitigasi yang dikembangkan berdasarkan Kajian Risiko Bencana BPBD tahun 2025. Uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,765 pada variabel kecemasan dan 0,751 pada variabel pemahaman mitigasi. Sampel penelitian berjumlah 95 responden yang merupakan masyarakat pesisir RT 05 dan RT 07 Kelurahan Kota Karang, Bandar Lampung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara pemahaman mitigasi terhadap kecemasan masyarakat dengan kontribusi sebesar 13,1%. Artinya, semakin tinggi tingkat pemahaman mitigasi yang dimiliki masyarakat, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dirasakan. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi mitigasi bencana dapat menjadi strategi preventif dalam menekan dampak psikologis akibat informasi ancaman bencana. Oleh karena itu, pemerintah disarankan untuk memperkuat program edukasi kebencanaan dengan pendekatan yang mudah dipahami serta melibatkan partisipasi aktif masyarakat.

Kata kunci: pemahaman mitigasi, kecemasan, masyarakat pesisir, berita *megathrust*.

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat kerentanan tinggi terhadap bencana alam, khususnya tsunami, karena berada pada pertemuan tiga lempeng tektonik dunia. Kejadian tsunami besar di Aceh tahun 2004 dan tsunami akibat erupsi Anak Krakatau tahun 2018 menunjukkan dampak yang luas, baik kerusakan fisik maupun dampak psikologis berupa kecemasan masyarakat (Zulkarnain et. al, 2020). Tsunami yang terjadi memberikan dampak kerusakan bagi masyarakat. Tidak hanya itu, dampak secara psikologis pun ikut dirasakan oleh masyarakat. Masyarakat mengalami kecemasan yang ditandai dengan perasaan takut dan panik berlebih akibat bencana tsunami yang melanda.

Gelombang air laut besar sendiri terjadi bukan tanpa sebab, melainkan salah satunya diakibatkan oleh pengaruh angin, aktivitas seismic didasar laut atau yang dikenal dengan gempa bawah laut, letusan gunung berapi, gerakkan kapal, serta gaya tarik benda angkasa seperti bulan dan matahari (Tindaon et. al, 2022). Tingginya gelombang air laut dapat memicu resiko terjadinya tsunami. Indonesia yang terletak pada zona sumber tsunami atau *generates*

zone sangat rentan terhadap bencana alam tsunami (Utomo dkk, 2018). Minimnya pemahaman masyarakat pada saat itu, membuat dampak dari bencana tsunami begitu terasa. *Megathrust* yaitu, area pertemuan antara dua lempeng tektonik, di mana lempeng yang lebih berat menyelam ke bawah lempeng yang lebih ringan. Zona ini dikenal karena kemampuannya memicu gempa bumi besar yang dapat menyebabkan tsunami (BMKG Lampung, 2024).

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu rt setempat yang bertempat tinggal di Kelurahan Kota Karang mengatakan bahwa dengan adanya isu mengenai bencana megathrust, masyarakat merasakan dampak psikologis berupa kecemasan ditandai dengan adanya peristiwa susutnya air laut yang cukup jauh, nelayan memberikan isu kepada masyarakat bahwa akan terjadi bencana, tetapi rt setempat sudah memberikan informasi bahwa dari adanya tanda tersebut tidak akan terjadi bencana terkait megathrust. Termasuk juga rt setempat sudah meminta validasi dari BMKG dan mengatakan bahwa jika memang akan ada bencana, langkah mitigasi yang sudah disediakan berupa alarm sirine akan berbunyi. Meskipun aparat setempat sudah memberikan langkah mitigasi tersebut, yang berkaitan dengan bencana megathrust tetapi masyarakat tetap memutuskan untuk meninggalkan desa dan mengungsi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun adanya langkah mitigasi, kecemasan masih dirasakan oleh masyarakat setempat.

Pengetahuan yang dimiliki biasanya dapat mempengaruhi sikap dan kepedulian masyarakat untuk siap dan siaga dalam mengantisipasi bencana (Sumirta, 2019). Masyarakat yang berpengetahuan tinggi terhadap Gempa dan Tsunami adalah yang selalu mengikuti perkembangan informasi-informasi tentang Gempa dan Tsunami baik melalui penyuluhan, edukasi mengenai Langkah-langkah mitigasi atau dengan menonton berita di Televisi. Masyarakat bisa mengetahui tanda-tanda gempa yang berpotensi Tsunami, apa yang harus dilakukan setelah gempa terjadi. Pengetahuan ini akan sangat membantu mengatasi kepanikan ketika bencana itu datang serta masyarakat tidak mudah percaya pada isu-isu yang beredar di tengah-tengah masyarakat (Hatuwe, 2022).

Kecemasan ini muncul karena minimnya kesiapan masyarakat dalam menghadapi bencana, sedangkan kesiapan sangat dipengaruhi oleh tingkat pemahaman mitigasi (Sumirta, 2019). Pemahaman mitigasi dibentuk dengan memberikan edukasi dan simulasi yang meliputi pengetahuan tentang tanda bahaya, jalur evakuasi, sistem peringatan dini, hingga langkah penyelamatan diri, sangat penting agar masyarakat tidak mudah

panik dan mampu bertindak rasional dalam situasi darurat yang diberikan oleh BPBD Provinsi Lampung. Pada penelitian sebelumnya meneliti, hubungan pengetahuan umum kebencanaan dengan kecemasan masyarakat (Daha dkk., 2021; Rahmawati dkk., 2022).

Namun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada hubungan pengetahuan umum bencana dengan kesiapsiagaan, bukan pada kecemasan emosional masyarakat akibat paparan informasi megathrust di media massa. Hanya sedikit studi yang secara spesifik mengaitkan pemahaman mitigasi bencana dengan reaksi psikologis berupa kecemasan pada masyarakat pesisir. Padahal, menurut teori Calhoun & Acocella (1990), kecemasan mencakup aspek emosional, kognitif, dan fisiologis yang dapat memengaruhi respons masyarakat ketika dihadapkan pada ancaman bencana.

Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan dengan tujuan menganalisa sejauh mana pemahaman mitigasi bencana berpengaruh terhadap kecemasan masyarakat pesisir Kota Bandar Lampung yang menerima berita mengenai potensi megathrust dengan menggunakan instrumen berbasis KRB BPBD 2025 untuk mengukur pemahaman mitigasi, serta teori Calhoun & Acocella untuk mengukur kecemasan. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian tentang hubungan antara aspek kognitif (pemahaman) dan aspek psikologis (kecemasan), serta memberikan implikasi praktis bagi upaya edukasi mitigasi bencana di wilayah rawan tsunami.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain survei korelasional. Desain ini dipilih untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mitigasi bencana berpengaruh terhadap kecemasan masyarakat pesisir yang menerima berita megathrust. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala psikologi yang dibagikan secara langsung dan melalui media daring. Populasi penelitian adalah seluruh masyarakat pesisir yang tinggal di Kelurahan Kota Karang, Bandar Lampung, dengan jumlah populasi sebanyak 1.945 orang. Penelitian difokuskan pada warga yang berdomisili di RT 05, RT 06, dan RT 07, yang wilayahnya secara langsung terpapar isu potensi bencana megathrust. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) masyarakat yang berdomisili di wilayah pesisir Kelurahan Kota Karang, dan (2) masyarakat yang menerima atau mengetahui informasi mengenai potensi bencana megathrust. Teknik sampling yang digunakan adalah stratified random sampling, dengan pembagian strata berdasarkan RT.

Dari masing-masing RT dipilih secara acak sebanyak 30 responden sehingga jumlah sampel awal yang direncanakan adalah 90 orang.

Dalam proses pengumpulan data, terdapat 5 responden tambahan yang memenuhi seluruh kriteria inklusi penelitian dan berasal dari strata yang sama (RT 05, RT 06, dan RT 07). Responden tambahan ini tetap dimasukkan dalam analisis karena: (1) tidak mengubah proporsi karakteristik utama sampel, (2) tetap berada dalam kerangka populasi dan strata yang telah ditentukan, serta (3) secara metodologis penambahan jumlah sampel dalam penelitian kuantitatif tidak menimbulkan bias selama masih memenuhi kriteria inklusi dan tidak mengganggu distribusi strata. Dengan demikian, total responden yang dianalisis dalam penelitian ini berjumlah 95 orang.

Instrumen dalam penelitian ini pada variabel kecemasan disusun berdasarkan teori Calhoun & Acocella (1945) yang memandang kecemasan sebagai respon emosional, kognitif, dan fisiologis. Skala terdiri dari 48 item pernyataan, namun setelah di uji validitas diperoleh 24 item valid dengan rentang korelasi item-total 0,262-0,519. Reliabilitas instrumen di uji dengan Cronbach's Alpha dan memperoleh nilai 0,765, yang menunjukkan reliabilitas tinggi. Sedangkan pada variabel pemahaman mitigasi bencana disusun berdasarkan dokumen Kajian Resiko Bencana (KRB) BPBD Provinsi Lampung 2025. Skala awal terdiri dari 40 item, meliputi aspek peringatan dini, jalur evakuasi, edukasi dan simulasi, tata ruang berbasis risiko, peta risiko, kapasitas BPBD, bangunan tahan bencana, vegetasi pelindung, penelitian & teknologi tsunami, serta kerja sama regional-internasional. Hasil uji validitas menunjukkan 19 item valid dengan korelasi item-total 0,260-0,557. Uji reliabilitas menghasilkan Cronbach's Alpha 0,751, yang menunjukkan instrumen reliabel. Kedua instrumen menggunakan skala Likert 4 poin (1 = sangat tidak setuju, 4 = sangat setuju).

Langkah awal yang dilakukan peneliti sebelum melakukan penelitian yaitu menyusun proposal penelitian dan membuat instrumen skala, kemudian mengajukan permohonan izin penelitian kepada pihak fakultas dan aparat kelurahan. Penelitian dilaksanakan pada bulan juli 2025, responden penelitian dihubungi melalui perangkat RT setempat, kemudian diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur pengisian skala. Pengisian kuesioner dilakukan secara sukarela melalui formulir daring (*Google Form*). Data yang terkumpul kemudian dianalisis dan diolah menggunakan SPSS 25.

Analisis data dilakukan melalui beberapa tahap yaitu, Uji validitas dan reliabilitas untuk memastikan kelayakan instrumen, Analisis deskriptif untuk menggambarkan distribusi skor kecemasan dan pemahaman mitigasi (kategori rendah, sedang, tinggi), Uji asumsi klasik yang meliputi normalitas (Kolmogorov–Smirnov), uji linearitas, dan uji heteroskedastisitas, Uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk menguji pengaruh pemahaman mitigasi terhadap kecemasan. Nilai signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis deskriptif, diperoleh distribusi skor kecemasan dan pemahaman mitigasi masyarakat pesisir.

Tabel 1. Kategori kecemasan masyarakat pesisir

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 48$	1	1,0%
Sedang	$48 \leq X < 72$	87	91,6%
Tinggi	$X \geq 72$	7	7,4%
Jumlah		95	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas responden (91,6%) berada pada kategori kecemasan sedang, sedangkan hanya 1% yang berada pada kategori rendah, dan 7,4% pada kategori tinggi.

Tabel 2. Kategori pemahaman mitigasi masyarakat pesisir

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 38$	17	17,9%
Sedang	$38 \leq X < 57$	70	73,7%
Tinggi	$X \geq 57$	8	8,4%
Jumlah		95	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden (73,7%) berada pada kategori pemahaman mitigasi sedang, sedangkan 17,9% pada kategori rendah dan 8,4% pada kategori tinggi.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorof-Smirnov Test</i>		
		<i>Unstandardized Residual</i>
<i>N</i>		95
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	<u>0000000</u>
	<i>Std. Deviation</i>	<u>5,41746195</u>
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	<u>,073</u>

	<i>Positive</i>	,073
	<i>Negative</i>	-,060
<i>Test Statistic</i>		,073
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)^c</i>		,200 ^d
<i>Monte Carlo Sig. (2-tailed)^e</i>		,231
<i>99% Confidence Interval Lower Bound</i>		,220
<i>Upper Bound</i>		,242
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		
e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 624387341.		

Uji normalitas dengan *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi 0,200 (> 0,05), sehingga data berdistribusi normal. Uji linearitas menghasilkan nilai signifikansi 0,117 (> 0,05), sehingga hubungan kedua variabel dinyatakan linear. Uji heteroskedastisitas menunjukkan titik-titik menyebar acak, sehingga tidak terjadi heteroskedastisitas.

Tabel 4. Hasil uji regresi linier sederhana

Variabel	Koefisien regresi	t	Sig.
Konstanta	55,432	21,51	0,000
Pemahaman mitigasi	-0,234	-3,512	0,001

Berdasarkan data diatas diperoleh nilai signifikansi 0,001 (< 0,05) menunjukkan bahwa pemahaman mitigasi berpengaruh signifikan terhadap kecemasan masyarakat pesisir. Koefisien regresi negatif (-0,234) menunjukkan bahwa semakin tinggi pemahaman mitigasi, semakin rendah tingkat kecemasan.

Tabel 5. Hasil uji koefisien determinasi (R^2)

<i>R Square</i>	<i>Adjusted R²</i>	<i>Sig.</i>
0,131	0,122	0,001

Nilai R^2 sebesar 0,131 menunjukkan bahwa 13,1% variasi kecemasan dijelaskan oleh pemahaman mitigasi, sementara 86,9% sisanya dipengaruhi faktor lain.

Hasil uji asumsi menunjukkan bahwa data memenuhi persyaratan analisis regresi. Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200 ($p > 0,05$), sehingga data berdistribusi normal. Uji linearitas menunjukkan nilai deviation from linearity sebesar 0,117 ($p > 0,05$), yang berarti hubungan antara pemahaman mitigasi dan kecemasan bersifat linear. Selain itu, uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa titik-titik pada scatterplot menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu, sehingga dapat disimpulkan tidak terjadi heteroskedastisitas. Dengan demikian, model regresi memenuhi asumsi klasik dan layak

digunakan untuk pengujian hipotesis.

Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti pemahaman mitigasi berpengaruh secara signifikan terhadap kecemasan masyarakat. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,131 menunjukkan bahwa pemahaman mitigasi memberikan kontribusi sebesar 13,1% terhadap variasi kecemasan, sedangkan 86,9% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian.

Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,131 menunjukkan bahwa pemahaman mitigasi menjelaskan 13,1% variasi kecemasan masyarakat. Secara statistik, nilai ini tergolong dalam kategori efek kecil hingga sedang. Namun demikian, dalam penelitian bidang psikologi dan ilmu sosial, nilai R^2 yang relatif kecil merupakan hal yang lazim, mengingat perilaku dan respons emosional manusia dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks dan multidimensional.

Menurut Cohen (1988), dalam penelitian sosial, nilai efek sebesar 0,02 dikategorikan kecil, 0,13 sedang, dan 0,26 besar. Dengan demikian, nilai 0,131 dalam penelitian ini dapat dikategorikan sebagai efek sedang (medium effect size), sehingga tetap memiliki makna praktis dan teoritis. Artinya, meskipun kontribusinya tidak dominan, pemahaman mitigasi tetap merupakan variabel yang relevan dalam menjelaskan variasi kecemasan masyarakat.

Lebih lanjut, kecemasan dalam konteks ancaman bencana tidak hanya dipengaruhi oleh faktor kognitif seperti pemahaman mitigasi, tetapi juga oleh faktor lain seperti pengalaman traumatis sebelumnya, intensitas paparan media, dukungan sosial, kondisi tempat tinggal, serta karakteristik individu (Norris et al., 2002; McLean & Anderson, 2009). Oleh karena itu, kontribusi sebesar 13,1% menunjukkan bahwa pemahaman mitigasi merupakan salah satu determinan penting, meskipun bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi kecemasan.

Secara deskriptif, mayoritas responden berada pada kategori kecemasan sedang (91,6%), diikuti kategori tinggi (7,4%) dan rendah (1%). Sementara itu, pemahaman mitigasi didominasi kategori sedang (73,7%), diikuti kategori rendah (17,9%) dan tinggi (8,4%). Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar masyarakat telah memiliki pemahaman mitigasi pada tingkat moderat, kecemasan tetap muncul pada tingkat sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman mitigasi belum sepenuhnya mampu menekan reaksi psikologis terhadap informasi ancaman megathrust.

Secara teoretis, hasil ini dapat dijelaskan melalui teori stres dan coping dari Lazarus dan Folkman (1984), yang menyatakan bahwa respons emosional individu terhadap ancaman dipengaruhi oleh proses penilaian kognitif (*cognitive appraisal*). Pemahaman mitigasi yang baik dapat berfungsi sebagai bentuk *problem-focused coping*, sehingga individu merasa memiliki kendali terhadap situasi dan tingkat kecemasan menurun. Sebaliknya, keterbatasan pemahaman dapat meningkatkan persepsi ancaman dan memicu kecemasan.

Temuan ini juga sejalan dengan teori kognitif Bloom (1956) yang menempatkan pemahaman sebagai bagian dari domain kognitif yang memengaruhi sikap dan respons emosional seseorang. Dalam konteks kebencanaan, individu yang memahami prosedur evakuasi, jalur penyelamatan, dan langkah mitigasi cenderung memiliki kesiapan psikologis yang lebih baik. Selain itu, Calhoun dan Acocella (1990) menjelaskan bahwa kecemasan terdiri atas aspek emosional, kognitif, dan fisiologis, sehingga faktor pemahaman sebagai aspek kognitif memiliki keterkaitan langsung dengan tingkat kecemasan.

Meskipun demikian, kontribusi pemahaman mitigasi terhadap kecemasan hanya sebesar 13,1%, yang menunjukkan bahwa kecemasan masyarakat juga dipengaruhi oleh faktor lain, seperti pengalaman traumatis sebelumnya, tingkat paparan informasi media, kondisi tempat tinggal (misalnya hunian yang rentan terhadap bencana), dukungan sosial, serta karakteristik demografis seperti usia dan jenis kelamin. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan cenderung melaporkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam konteks bencana (McLean & Anderson, 2009; Norris et al., 2002). Namun, faktor-faktor tersebut tidak dianalisis secara mendalam dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi mitigasi bencana memiliki peran dalam menurunkan kecemasan masyarakat, meskipun bukan satu-satunya faktor penentu. Oleh karena itu, intervensi kebencanaan tidak hanya perlu berfokus pada peningkatan pemahaman kognitif, tetapi juga pada penguatan dukungan psikososial dan strategi regulasi emosi masyarakat.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain penelitian yang bersifat korelasional tidak memungkinkan peneliti untuk menyimpulkan hubungan

kausal secara langsung antara pemahaman mitigasi dan kecemasan. Kedua, kontribusi variabel independen relatif kecil (13,1%), sehingga masih terdapat banyak faktor lain yang belum diukur dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial, pengalaman bencana sebelumnya, intensitas paparan media, dan kondisi sosial ekonomi. Ketiga, penggunaan instrumen berbasis self-report memungkinkan adanya bias subjektivitas responden. Keempat, penelitian hanya dilakukan pada tiga RT di satu kelurahan, sehingga generalisasi hasil penelitian ke wilayah pesisir lain perlu dilakukan secara hati-hati. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan desain longitudinal atau menambahkan variabel mediasi dan moderasi, seperti resilience, dukungan sosial, atau paparan media, agar model penelitian menjadi lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemahaman mitigasi berpengaruh signifikan dan negatif terhadap kecemasan masyarakat pesisir Kota Bandar Lampung yang menerima berita *megathrust*. Artinya, semakin baik pemahaman masyarakat terhadap mitigasi bencana, semakin rendah tingkat kecemasan yang mereka alami. Hasil ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa edukasi mitigasi tidak hanya berperan dalam meningkatkan kesiapsiagaan fisik, tetapi juga memiliki fungsi protektif terhadap kondisi psikologis masyarakat. Kontribusi utama penelitian ini terletak pada pengujian empiris di konteks masyarakat pesisir yang sangat rentan, sehingga memperluas pemahaman tentang hubungan antara aspek kognitif (pengetahuan mitigasi) dengan aspek afektif (kecemasan).

Rekomendasi penelitian selanjutnya dapat diperluas dengan menambahkan variabel lain seperti dukungan sosial, pengalaman traumatis, dan faktor demografis untuk menjelaskan lebih komprehensif sumber kecemasan masyarakat. Selain itu, eksperimen intervensi berupa pelatihan simulasi bencana dan program edukasi berbasis komunitas dapat dilakukan untuk menguji efektivitas strategi mitigasi dalam menurunkan kecemasan sekaligus meningkatkan ketangguhan psikologis masyarakat pesisir.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2010). Kerangka landasan untuk pembelajaran, pengajaran, dan asesmen. Pustaka Pelajar.
- Assyifa, F., Fadilah, S., Wasilah, S., Fitria, Y., & Muthmainah, N. (2023). Hubungan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa PSKPS FK ULM tingkat akhir dalam pengerjaan tugas akhir. *Homeostasis*, 6(2), 333–338. DOI: <https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9980>
- Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals*. Longmans.
- Calhoun, J. F., & Acocella, J. R. (1990). *Psychology of adjustment and human relationships* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Lawrence Erlbaum Associates.
- Hatuwe, E. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kecemasan pada masyarakat pengungsian pasca gempa bumi di Desa Kamarian Kabupaten Seram Bagian Barat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), 66–76. DOI : <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i1.221>
- Krathwohl, D. R. (2002). A revision of Bloom's taxonomy: An overview. *Theory Into Practice*, 41(4), 212–218. https://doi.org/10.1207/s15430421tip4104_2
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- McLean, C. P., & Anderson, E. R. (2009). Gender differences in anxiety disorders. *Clinical Psychology Review*, 29(6), 496–505. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.05.003>
- Norris, F. H., Friedman, M. J., & Watson, P. J. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981–2001. *Psychiatry*, 65(3), 207–239. <https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>
- Rahmawati, I., Fernalia, F., Giena, V. P., & Ramadhan, R. P. (2022). Hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan masyarakat berisiko tsunami. *Malahayati Nursing Journal*, 4(7), 1717–1724.
- Rosa, K., & Hermawati, H. (2022). Hubungan tingkat pengetahuan dengan kecemasan masyarakat dalam menghadapi COVID-19 di Desa Trasan Klaten. *Multi Disiplin*

Dehasen. DOI: <https://doi.org/10.37676/mude.v1i4.2987>

- Sumirta, I. N. (2019). Intervensi kognitif terhadap kecemasan remaja pasca erupsi Gunung Agung. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(2)
DOI: <https://doi.org/10.33992/jgk.v12i2.1017>
- Syarifah, H. U. (2019). Hubungan strategi coping stress dengan motivasi belajar pada siswa SMA 96 Jakarta Barat dalam pembelajaran jarak jauh selama masa pandemi (Doctoral dissertation). Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
- Tindaon, G. P., Djamaluddin, R., Manengkey, H. W., & Ngangi, E. L. (2022). Karakteristik arah dan tinggi gelombang signifikan di Laut Sulawesi. *Jurnal Pesisir dan Laut Tropis*, 10(3), 356–367. DOI: <https://doi.org/10.35800/jplt.10.3.2022.45078>
- Norris, F. H., Friedman, M. J., Watson, P. J., Byrne, C. M., Diaz, E., & Kaniasty, K. (2002). 60,000 disaster victims speak: Part I. An empirical review of the empirical literature, 1981-2001. *Psychiatry*, 65(3), 207–239.
<https://doi.org/10.1521/psyc.65.3.207.20173>
- McLean, C. P., & Anderson, E. R. (2009). Brave men and timid women? A review of the gender differences in fear and anxiety. *Clinical psychology review*, 29(6), 496–505.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.05.003>