



KECEMASAN IKLIM DAN KETIDAKPASTIAN MASA DEPAN: EKSPLORASI KUALITATIF PADA DEWASA MUDA

Siti Jaro'ah¹, Vania Ardelia², Ribka Mutiara Simatupang³, Nanda Audia Vrisaba⁴, Ira Darmawanti⁵,

Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Surabaya, Indonesia^{1,2,3,4,5}

e-mail: ribkasimatupang@unesa.ac.id

Diterima: 14/05/2026; Direvisi: 26/05/2026; Diterbitkan: 16/06/2026

ABSTRAK

Perubahan iklim tidak hanya berdampak pada lingkungan, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis generasi muda. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi *climate anxiety* dan pandangan masa depan pada dewasa muda di Indonesia. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui *focus group discussion* dengan 22 partisipan berusia 18–25 tahun yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dewasa muda memahami perubahan iklim sebagai fenomena nyata yang ditandai oleh cuaca ekstrem, ketidakpastian musim, banjir, dan meningkatnya kerentanan kesehatan. Partisipan memandang aktivitas manusia dan rendahnya kesadaran lingkungan sebagai penyebab utama krisis iklim. Dampak perubahan iklim dirasakan dalam aspek psiko-emosional, fisik, dan sosial-ekonomi, terutama berupa kecemasan, kekhawatiran terhadap kesehatan, gangguan pekerjaan, dan ketidakpastian ekonomi. Temuan ini menyimpulkan bahwa *climate anxiety* pada dewasa muda Indonesia berkaitan erat dengan pengalaman lingkungan sehari-hari dan bayangan masa depan yang tidak pasti. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya pendidikan iklim, dukungan psikologis, penguatan efikasi diri, serta kebijakan iklim yang responsif terhadap kerentanan generasi muda.

Kata Kunci: *Climate Anxiety, Fgd, Generasi Muda, Persepsi Masa Depan, Perubahan Iklim*

ABSTRACT

Climate change affects not only the environment but also the psychological well-being of young people. This study aimed to explore perceptions of climate anxiety and future outlooks among young adults in Indonesia. A descriptive qualitative approach was employed through focus group discussions involving 22 participants aged 18–25 years, selected using purposive sampling. The data were analyzed using thematic analysis. The findings show that young adults perceived climate change as a real phenomenon marked by extreme weather, seasonal uncertainty, flooding, and increased health vulnerability. Participants identified human activities and low environmental awareness as the main causes of the climate crisis. The impacts of climate change were experienced in psycho-emotional, physical, and socio-economic aspects, particularly anxiety, health concerns, work disruptions, and economic uncertainty. These findings conclude that climate anxiety among Indonesian young adults is closely linked to everyday environmental experiences and uncertain future expectations. The study implies the need for climate education, psychological support, strengthened self-efficacy, and climate policies that are responsive to young people's vulnerabilities.

Keywords: *Climate Anxiety, Fgd, Youth, Future Perspective, Climate Change.*



PENDAHULUAN

Perubahan iklim semakin nyata dan semakin memburuk, termasuk di Indonesia. Sebagai negara kepulauan dengan kepadatan penduduk yang tinggi, wilayah pesisir yang luas, serta ketergantungan sebagian masyarakat pada sumber daya alam, Indonesia termasuk negara yang rentan terhadap dampak krisis iklim. Laporan *World Bank Group* dan *Asian Development Bank* (2021) menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan risiko tinggi terhadap banjir, cuaca ekstrem, gelombang panas, kelangkaan pangan, dan kenaikan permukaan air laut. Sebanyak 4,2 juta orang di Indonesia diproyeksikan dapat kehilangan tempat tinggal secara permanen pada tahun 2100 akibat kenaikan permukaan air laut. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perubahan iklim merupakan isu mendesak yang perlu dipahami tidak hanya sebagai persoalan lingkungan, tetapi juga sebagai persoalan sosial dan psikologis yang berdampak pada kehidupan manusia. Perubahan iklim sendiri, menurut *United Nations Framework Convention on Climate Change* (UNFCCC), merupakan perubahan komposisi atmosfer global yang disebabkan oleh aktivitas manusia, baik secara langsung maupun tidak langsung, dan terjadi melampaui variabilitas iklim alami dalam periode waktu tertentu (Xiang, 2022). Sementara itu, *Intergovernmental Panel on Climate Change* (IPCC) mendefinisikan perubahan iklim sebagai perubahan kondisi iklim sepanjang waktu, baik yang disebabkan oleh variabilitas alami maupun aktivitas manusia (IPCC, 2001; WHO, 2014). Penelitian ini mengacu pada definisi perubahan iklim dari IPCC karena definisi tersebut memberikan ruang untuk memahami perubahan iklim sebagai fenomena ekologis sekaligus sosial yang berdampak pada kehidupan manusia.

Dampak perubahan iklim tidak hanya terbatas pada kerusakan lingkungan dan risiko fisik, tetapi juga berhubungan dengan kondisi psikologis individu dan masyarakat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa memburuknya kondisi iklim dapat memunculkan permasalahan psikologis, seperti *post-traumatic stress disorder*, kecemasan, gangguan suasana hati, depresi, ide bunuh diri (Bourque & Willox, 2014; Cianconi et al., 2020), insomnia, penurunan *well-being* (Ogunbode et al., 2021, 2022), serta permasalahan kesehatan mental secara umum (Kaligis et al., 2023). Selain itu, perubahan iklim juga memunculkan berbagai emosi negatif, seperti takut, sedih, marah, panik, bingung, dan khawatir (Clayton et al., 2023; Hickman et al., 2021; Jaro'ah et al., 2023). Respons psikologis tersebut dikenal dengan istilah *climate anxiety* atau kecemasan iklim (Clayton & Karazsia, 2020). Istilah lain yang sering digunakan adalah *eco-anxiety* (Clayton et al., 2017; Pihkala, 2020; Usher et al., 2019), yaitu kecemasan yang muncul akibat persepsi terhadap kerusakan lingkungan, krisis ekologis, dan ketidakpastian keberlanjutan kehidupan manusia. Dalam pengertian ini, *eco-anxiety* dan *climate anxiety* memiliki kesamaan karena keduanya sama-sama merujuk pada respons emosional negatif terhadap ancaman lingkungan. Namun, cakupan *eco-anxiety* lebih luas karena mencakup kecemasan terhadap berbagai bentuk kerusakan ekologis, sedangkan *climate anxiety* lebih spesifik mengarah pada kecemasan yang berkaitan dengan perubahan iklim dan dampaknya. Penelitian ini menggunakan istilah *climate anxiety* karena istilah tersebut lebih tepat untuk menjelaskan kecemasan yang muncul akibat persepsi terhadap krisis iklim dan lebih banyak digunakan dalam diskusi mengenai dampak psikologis perubahan iklim (Pihkala, 2020). *Climate anxiety* dapat dialami oleh individu yang terdampak langsung maupun tidak langsung oleh perubahan iklim (Clayton, 2020), dan berkaitan dengan kecemasan terhadap ancaman bencana lingkungan serta ketidakpastian masa depan (Hickman et al., 2021; Wu et al., 2020). Dalam beberapa kondisi, kecemasan ini dapat bersifat adaptif karena mendorong individu untuk bertindak secara tepat terhadap krisis iklim (Bhullar et al., 2022; Diffey et al., 2022; Hickman



et al., 2021; Kurth & Pihkala, 2022). Namun, kompleksitas krisis iklim dan keterbatasan solusi yang dirasakan individu juga dapat mengarahkan kecemasan tersebut menjadi emosi yang intens, negatif, dan melemahkan (Hickman et al., 2021).

Literatur global menunjukkan bahwa generasi muda merupakan salah satu kelompok yang paling rentan terhadap dampak psikologis perubahan iklim. Penelitian multinasional oleh Hickman et al. (2021) terhadap 10.000 individu muda di sepuluh negara menemukan bahwa 60% partisipan merasa sangat khawatir terhadap perubahan iklim, dan 45% di antaranya menyatakan bahwa kekhawatiran tersebut berdampak pada fungsi kehidupan sehari-hari. Temuan serupa dilaporkan oleh Diffey et al. (2022) pada individu muda berusia 16–29 tahun di 15 negara, serta oleh Ogunbode et al. (2021, 2022) dalam studi lintas negara yang menunjukkan hubungan antara emosi negatif terhadap perubahan iklim, kesehatan mental, dan kesejahteraan. Penelitian pada tingkat negara juga menunjukkan kecenderungan yang sama, misalnya di Australia (Godden et al., 2021; Gunasiri et al., 2022), Kanada (Galway & Field, 2023), Norwegia (Marczak et al., 2023), Filipina (Reyes et al., 2023), Malaysia (Mahudin & Hakim, 2023), dan Indonesia (Jaro'ah et al., 2023). Anak muda mengalami berbagai emosi negatif, seperti takut, sedih, marah, cemas, tidak berdaya, putus asa, dan merasa bersalah atas kondisi iklim yang memburuk (Diffey et al., 2022; Gunasiri et al., 2022; Hickman et al., 2021; Marczak et al., 2023; Thomas et al., 2022). Emosi tersebut muncul sebagai respons terhadap ketidakpedulian generasi sebelumnya, tindakan manusia yang merusak lingkungan (Chou et al., 2023; Galway & Field, 2023; Thomas et al., 2022), serta kekecewaan terhadap pemerintah yang dianggap belum mampu menangani krisis iklim secara serius (Hickman et al., 2021; Mahudin & Hakim, 2023). Di Indonesia, Jaro'ah et al. (2023) menemukan bahwa anak muda usia 15–29 tahun mengalami emosi negatif seperti khawatir, takut, cemas, sedih, marah, panik, dan bingung sebagai dampak dari perubahan iklim. Emosi negatif tersebut cenderung lebih kuat dirasakan oleh kelompok muda yang tinggal di wilayah rentan atau memiliki kedekatan dengan dampak perubahan iklim, sebagaimana juga ditemukan di Filipina, India, dan Nigeria (Clayton et al., 2023).

Perubahan iklim juga memengaruhi cara generasi muda membayangkan masa depan. Generasi muda menghadapi beban ekologis yang lebih besar karena mereka akan hidup lebih lama dalam kondisi lingkungan yang semakin tidak pasti dan menanggung konsekuensi dari emisi karbon generasi sebelumnya (Wu et al., 2020). Kondisi ini menjadi penting karena anak muda berada pada fase perkembangan yang krusial, ketika stresor lingkungan dan kecemasan terhadap masa depan dapat memperburuk risiko kesehatan mental. Berbagai studi menunjukkan bahwa perubahan iklim membuat masa depan dipersepsikan sebagai sesuatu yang negatif, menakutkan, dan tidak pasti (Galway & Field, 2023; Hickman, 2024; Hickman et al., 2021). Hickman (2024) melaporkan bahwa sebagian besar anak muda di dunia memandang masa depan sebagai hal yang menakutkan, sementara Hickman et al. (2021) menunjukkan bahwa banyak anak muda merasa kemanusiaan telah gagal menjaga bumi. Kekhawatiran terhadap masa depan juga memengaruhi keputusan hidup, termasuk kecenderungan untuk tidak ingin memiliki anak karena adanya ketakutan bahwa generasi berikutnya akan hidup di dunia yang lebih buruk (Galway & Field, 2023; Helm et al., 2021; Marczak et al., 2023). Selain itu, generasi muda juga mengalami kecemasan terhadap keberlangsungan hidup pribadi (Wu et al., 2020), masa depan keturunan mereka (Ágoston et al., 2022; Marczak et al., 2023), serta rasa bersalah dan tidak berdaya karena merasa tidak mampu melakukan perubahan yang berarti (Gunasiri et al., 2022; Thomas et al., 2022). Persepsi ketidakberdayaan ini berkaitan dengan *perceived self-*



efficacy, yang dapat memengaruhi keterlibatan anak muda dalam perilaku pro-lingkungan (Corner et al., 2015). Dengan demikian, kecemasan iklim bukan hanya persoalan emosional, tetapi juga berhubungan dengan cara anak muda memahami agensi diri, tanggung jawab sosial, dan masa depan mereka.

Meskipun penelitian mengenai *climate anxiety* pada generasi muda telah berkembang secara global, masih terdapat kesenjangan penting dalam konteks Indonesia. Studi-studi sebelumnya telah menunjukkan adanya dampak psikologis perubahan iklim dan pandangan negatif terhadap masa depan, termasuk pada anak muda Indonesia. Namun, sebagian besar penelitian yang tersedia masih menggunakan pendekatan kuantitatif, terutama survei daring, yang lebih banyak memberikan gambaran prevalensi, tingkat kecemasan, atau hubungan antarvariabel (Coffey et al., 2021; Heeren & Asmundson, 2023; Kaligis et al., 2023). Pendekatan tersebut penting, tetapi belum cukup menjelaskan bagaimana dewasa muda Indonesia secara subjektif memaknai perubahan iklim, bagaimana pengalaman sehari-hari terhadap cuaca ekstrem, banjir, ketidakpastian musim, kerentanan kesehatan, dan ketidakpastian ekonomi membentuk kecemasan iklim, serta bagaimana kecemasan tersebut memengaruhi cara mereka membayangkan masa depan. Dengan demikian, novelty penelitian ini tidak semata-mata terletak pada penggunaan metode *focus group discussion* (FGD), melainkan pada upaya menggali pengalaman subjektif dan kolektif dewasa muda Indonesia mengenai *climate anxiety* dan ketidakpastian masa depan dalam konteks sosial-ekologis lokal. Penelitian ini berusaha mengisi kesenjangan mengenai apa yang belum banyak diketahui dari pengalaman dewasa muda Indonesia: bagaimana mereka memahami perubahan iklim, faktor apa yang mereka anggap memperburuk krisis iklim, dampak apa yang mereka rasakan dalam kehidupan sehari-hari, dan bagaimana semua pengalaman tersebut membentuk pandangan mereka terhadap masa depan.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi persepsi *climate anxiety* dan pandangan masa depan pada dewasa muda di Indonesia. Secara khusus, penelitian ini diarahkan untuk menjawab empat pertanyaan penelitian: (1) bagaimana dewasa muda Indonesia memahami perubahan iklim?; (2) faktor apa saja yang mereka persepsikan sebagai penyebab perubahan iklim?; (3) bagaimana dampak perubahan iklim dirasakan dalam aspek psiko-emosional, fisik, dan sosial?; dan (4) bagaimana perubahan iklim membentuk pandangan mereka terhadap masa depan? Melalui pendekatan kualitatif dengan FGD, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman subjektif dewasa muda Indonesia, memperkaya kajian *climate anxiety* dalam konteks negara rentan iklim, serta menjadi dasar bagi pengembangan intervensi edukatif, psikologis, dan kebijakan yang lebih responsif terhadap kebutuhan generasi muda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian bukan untuk mengukur tingkat *climate anxiety* secara kuantitatif, melainkan untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana dewasa muda memahami perubahan iklim, mengalami kecemasan iklim, serta membayangkan masa depan dalam konteks kehidupan mereka sehari-hari. Pendekatan kualitatif deskriptif memungkinkan peneliti memperoleh gambaran pengalaman, persepsi, dan makna yang disampaikan langsung oleh partisipan dengan tetap mempertahankan kedekatan pada data empiris.



Metode pengambilan data dilakukan melalui *focus group discussion* (FGD). FGD dinilai lebih sesuai dibandingkan survei karena survei cenderung membatasi jawaban partisipan pada pilihan respons tertentu dan kurang mampu menangkap kompleksitas pengalaman subjektif. FGD juga dipilih dibandingkan wawancara individual karena isu perubahan iklim dan *climate anxiety* tidak hanya dialami secara personal, tetapi juga dibentuk melalui pengalaman sosial, percakapan kolektif, dan persepsi bersama. Melalui FGD, peneliti dapat menangkap bagaimana partisipan membangun pemahaman bersama, menegosiasikan makna, merespons pengalaman peserta lain, serta membentuk persepsi kolektif mengenai perubahan iklim dan masa depan. Penggunaan FGD pada studi kecemasan iklim juga pernah dilakukan oleh Thomas et al. (2022), yang menyatakan bahwa metode ini dapat membantu mengungkap pemahaman kelompok yang berbagi konteks serupa mengenai perubahan iklim. Smith (2009) juga menjelaskan bahwa FGD sesuai digunakan untuk menggali pemahaman, opini, serta bagaimana opini tersebut berkembang dan dinegosiasikan dalam konteks sosial.

Partisipan penelitian direkrut menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini digunakan karena peneliti membutuhkan partisipan yang sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu dewasa muda yang memiliki pengalaman, perhatian, atau ketertarikan terhadap isu lingkungan. Kriteria inklusi partisipan adalah: (1) berusia 18–25 tahun; (2) memiliki ketertarikan terhadap isu lingkungan; dan (3) bersedia menjadi partisipan penelitian serta mengikuti seluruh proses penelitian hingga selesai. Tim peneliti menyebarkan *flyer* pengumuman penelitian kepada calon partisipan. Calon partisipan yang memenuhi kriteria dan bersedia mengikuti penelitian diminta mengisi *informed consent* sebelum FGD dilaksanakan. Partisipan juga memperoleh cinderamata sebagai bentuk apresiasi atas keterlibatan mereka. Sebanyak 24 calon partisipan awalnya menyatakan bersedia mengikuti penelitian, tetapi dua orang berhalangan hadir pada hari pelaksanaan. Dengan demikian, jumlah partisipan yang mengikuti FGD adalah 22 orang.

Sesi FGD dilaksanakan sebanyak empat sesi yang terbagi dalam dua hari, yaitu tanggal 24 dan 25 Mei 2025. Setiap hari terdapat dua sesi FGD, yaitu sesi pagi dan sesi siang. Rincian jumlah peserta pada setiap sesi disajikan pada Tabel 1

Tabel 1. Rincian partisipan FGD

Hari, tanggal	Sesi	Jumlah Peserta FGD
Sabtu, 24 Mei 2025	Sesi 1	6 orang
	Sesi 2	5 orang
Minggu, 25 Mei 2025	Sesi 1	6 orang
	Sesi 2	5 orang
Jumlah		22 orang

Pengambilan data dilakukan melalui FGD dengan panduan wawancara semi-terstruktur. Setiap sesi FGD dipandu oleh seorang moderator dan dibantu oleh observer. Moderator bertugas membuka diskusi, menjelaskan tujuan penelitian, menjaga arah diskusi agar tetap sesuai dengan topik penelitian, memberikan kesempatan yang seimbang kepada seluruh partisipan, serta melakukan *probing* terhadap jawaban yang membutuhkan pendalaman. Observer bertugas mencatat dinamika diskusi, ekspresi nonverbal, interaksi antarpeserta, serta



hal-hal penting yang tidak seluruhnya tertangkap dalam rekaman audio. Sebelum pelaksanaan FGD, moderator dan observer memperoleh pelatihan singkat dari ketua tim peneliti. Pelatihan tersebut mencakup cara membuka FGD, teknik bertanya, teknik *probing*, cara menjaga diskusi agar tetap fokus, etika berinteraksi dengan partisipan, serta cara menutup FGD dengan baik. Prosedur FGD meliputi: (1) pembukaan, pengenalan, penjelasan tujuan penelitian, penjelasan kerahasiaan data, dan pengisian *informed consent*; (2) pelaksanaan diskusi berdasarkan panduan pertanyaan semi-terstruktur; dan (3) penutup, termasuk rangkuman umum diskusi dan *debriefing* kepada partisipan. Setiap sesi FGD menggunakan panduan pertanyaan yang sama agar data antarsesi tetap dapat dibandingkan. Meskipun demikian, moderator tetap diberi ruang untuk mengajukan pertanyaan lanjutan sesuai jawaban partisipan. Proses FGD direkam dalam bentuk audio dan video atas persetujuan partisipan. Durasi setiap sesi FGD berkisar antara 60–120 menit.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti, sedangkan instrumen bantu berupa panduan FGD semi-terstruktur. Panduan FGD disusun berdasarkan tujuan penelitian dan kajian literatur mengenai perubahan iklim, *climate anxiety*, serta pandangan masa depan. Panduan ini digunakan untuk menjaga agar diskusi tetap sesuai dengan fokus penelitian, tetapi tidak membatasi partisipan dalam menyampaikan pengalaman dan pandangan mereka. Pokok pertanyaan FGD disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Pokok Pertanyaan FGD

Fokus Pertanyaan	Contoh Pertanyaan Utama	Contoh Probing
Pemahaman perubahan iklim	Seperti apa pandangan kalian tentang perubahan iklim?	Apa tanda-tanda perubahan iklim yang paling kalian rasakan?
Pengalaman personal	Apakah kalian pernah mengalami atau menyaksikan dampak perubahan iklim secara langsung?	Dampak seperti apa yang paling dekat dengan kehidupan kalian?
Emosi yang muncul	Bagaimana perasaan kalian ketika melihat kondisi iklim saat ini?	Apakah muncul rasa khawatir, takut, marah, sedih, atau tidak berdaya?
Dampak pada kehidupan	Apakah perubahan iklim memengaruhi kesehatan, aktivitas, keluarga, pekerjaan, atau kehidupan sosial kalian?	Apakah ada contoh pengalaman pribadi atau keluarga?
Pandangan masa depan	Apakah kondisi iklim saat ini memengaruhi cara kalian membayangkan masa depan?	Apa kekhawatiran terbesar kalian tentang masa depan?
Harapan dan tanggung jawab	Menurut kalian, siapa yang perlu berperan dalam menghadapi perubahan iklim?	Apa harapan kalian terhadap pemerintah, masyarakat, dan generasi muda?
Tindakan dan efikasi diri	Apakah ada tindakan yang kalian lakukan atau ingin lakukan terkait isu iklim?	Apa yang membuat kalian merasa mampu atau tidak mampu bertindak?



Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Analisis tematik digunakan karena sesuai untuk mengidentifikasi, mengorganisasi, dan menginterpretasikan pola makna dari data kualitatif. Model analisis ini memungkinkan peneliti memahami pengalaman, persepsi, dan sistem keyakinan partisipan mengenai perubahan iklim, kecemasan iklim, serta pandangan masa depan. Dengan analisis tematik, data FGD dapat dikelompokkan menjadi tema-tema utama yang merepresentasikan pola pengalaman partisipan secara sistematis.

Analisis dilakukan melalui beberapa tahap yang saling berkaitan. Pertama, seluruh rekaman FGD ditranskripsi secara verbatim untuk memastikan bahwa data yang dianalisis merepresentasikan pernyataan partisipan secara lengkap. Kedua, peneliti membaca transkrip secara berulang untuk membangun familiaritas terhadap data dan memahami konteks percakapan dalam setiap sesi FGD. Ketiga, dua orang coder dari tim peneliti melakukan *initial coding* secara independen terhadap transkrip FGD.

Hasil coding dari masing-masing coder kemudian dibandingkan dan didiskusikan untuk mengidentifikasi kesamaan, perbedaan, serta kemungkinan penggabungan kode. Perbedaan penafsiran kode diselesaikan melalui diskusi antar-coder hingga tercapai kesepakatan. Apabila terdapat perbedaan yang sulit disepakati, peneliti utama bertindak sebagai penengah dengan meninjau kembali kutipan asli dan menentukan kode yang paling sesuai dengan data. Setelah proses tersebut, kode-kode yang memiliki kedekatan makna dikelompokkan menjadi subtema, lalu subtema yang saling berkaitan dikembangkan menjadi tema utama.

Tema akhir divalidasi melalui diskusi tim peneliti dengan meninjau kembali kesesuaian antara tema, subtema, kode, dan kutipan partisipan. Proses validasi ini dilakukan untuk memastikan bahwa tema yang dihasilkan benar-benar merepresentasikan data, bukan semata-mata asumsi peneliti. Analisis dilakukan secara manual menggunakan matriks coding dan tabel kerja. Penelitian ini tidak menggunakan perangkat lunak analisis kualitatif khusus, sehingga seluruh proses pengodean, pengelompokan subtema, dan penentuan tema dilakukan melalui diskusi sistematis dalam tim peneliti.

Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga dengan memperhatikan aspek *credibility*, *dependability*, dan *confirmability*. *Credibility* dijaga melalui pembacaan transkrip secara berulang, diskusi antarpeneliti, serta penggunaan kutipan langsung partisipan secara memadai dalam penyajian hasil. Kutipan langsung digunakan untuk menunjukkan bahwa tema yang disajikan memiliki dasar empiris yang jelas dari pernyataan partisipan. Selain itu, kesesuaian antara tema dan data asli diperiksa secara berulang agar interpretasi peneliti tetap dekat dengan pengalaman partisipan.

Dependability dijaga dengan membuat jejak proses penelitian atau *audit trail*. Dokumentasi tersebut mencakup proses rekrutmen partisipan, pelaksanaan FGD, transkripsi data, proses coding, pengelompokan kode ke dalam subtema, serta keputusan akhir dalam penentuan tema. Jejak proses ini penting agar tahapan penelitian dapat ditelusuri secara sistematis dan transparan. Dengan adanya dokumentasi tersebut, konsistensi proses penelitian dan analisis data dapat diperiksa kembali apabila diperlukan.

Confirmability dijaga dengan melakukan triangulasi peneliti dalam proses analisis data. Triangulasi dilakukan dengan melibatkan lebih dari satu coder dan mendiskusikan perbedaan interpretasi secara terbuka. Peneliti juga membuat catatan reflektif selama proses analisis untuk meminimalkan bias pribadi dalam menafsirkan data. Dengan demikian, hasil penelitian diupayakan tetap berpijak pada pengalaman dan pernyataan partisipan, bukan pada asumsi awal atau preferensi subjektif peneliti.



Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga dengan nomor 3765-KEPK. Sebelum mengikuti FGD, seluruh partisipan memperoleh penjelasan mengenai tujuan penelitian, prosedur penelitian, kerahasiaan data, hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi, serta penggunaan rekaman audio dan video. Partisipan yang bersedia mengikuti penelitian menandatangani *informed consent* sebagai bentuk persetujuan sadar untuk terlibat dalam penelitian. Identitas partisipan disamarkan dengan kode partisipan, seperti P1, P2, dan seterusnya, untuk menjaga kerahasiaan dan keamanan data penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis tematik menunjukkan bahwa pengalaman dewasa muda mengenai perubahan iklim dan kecemasan terhadap masa depan dapat dikelompokkan ke dalam empat tema utama. Keempat tema tersebut adalah: (1) pemahaman perubahan iklim, (2) faktor penyebab perubahan iklim, (3) dampak perubahan iklim, dan (4) pandangan masa depan. Setiap tema memiliki beberapa subtema yang menunjukkan bagaimana partisipan memahami, merasakan, dan memaknai perubahan iklim dalam kehidupan sehari-hari. Ringkasan tema, subtema, dan kutipan representatif disajikan pada Tabel 4.

Tabel 3. Tema, Subtema, dan Kutipan Representatif

Tema	Subtema	Contoh Kutipan Representatif	Keterangan Dukungan terhadap Tema
Pemahaman perubahan iklim	Cuaca ekstrem dan ketidakpastian musim	"...Karena tiba-tiba kemarau panjang banget, tiba-tiba hujan molor banget kayak gitu sih kak..." (P9)	Kutipan ini menunjukkan bahwa partisipan memahami perubahan iklim melalui pengalaman langsung terhadap perubahan pola musim yang tidak lagi dapat diprediksi.
Pemahaman perubahan iklim	Banjir rob dan perubahan lingkungan sekitar	"...lebih gampang banjir dan banjirnya itu banjir rob berarti karena eee bukan karena curah hujan tapi karena lebih ke air lautnya kayak waktu sore itu airnya pasti naik gitu nah itu menurut saya yang paling nyata itu ya itu..." (P2)	Kutipan ini memperlihatkan bahwa perubahan iklim dipahami melalui pengalaman lokal, khususnya banjir rob di wilayah pesisir.
Faktor penyebab perubahan iklim	Aktivitas manusia	"...masih banyak kayak penggunaan bahan kimia penggunaan apa barang-barang sintesis dan sebagainya, sampah, populasi dan sebagainya juga yang	Kutipan ini menunjukkan bahwa partisipan memandang aktivitas manusia sebagai penyebab



		paling sering kayak mempengaruhi iklim..." (P7)	penting perubahan iklim.
Faktor penyebab perubahan iklim	Rendahnya kesadaran lingkungan	"Saya setuju jadi perubahan iklim itu memang dari manusianya kurang aware juga terus manusia itu berkontribusi atas perubahan iklim..." (P18)	Kutipan ini memperkuat tema bahwa rendahnya kesadaran manusia dianggap memperburuk krisis iklim.
Faktor penyebab perubahan iklim	Peran pemerintah	"...Itu memang perlu banget ya power dari pemerintah itu karena apalagi kita ya kalo misalkan kita orang biasa terus menurut mereka seperti itu tanpa adanya kebijakan resmi dari pemerintah..." (P12)	Kutipan ini menunjukkan bahwa partisipan tidak hanya menekankan tanggung jawab individu, tetapi juga pentingnya kebijakan struktural dari pemerintah.
Dampak perubahan iklim	Dampak psiko-emosional	"...aku sekarang lebih ya takut, khawatir dan jadi lebih waspada juga sih..." (tambahkan kode partisipan)	Kutipan ini menunjukkan bahwa perubahan iklim memunculkan emosi negatif berupa takut, khawatir, dan kewaspadaan yang meningkat.
Dampak perubahan iklim	Dampak fisik	"...menurut aku perubahannya nyata karena tadi dari segi kesehatan dari orangtuaku dulunya ngerasa fit aja terus mereka ceritanya kayak enjoy pekerjaannya jadinya sekarang makin terhambat pekerjaannya gitu..." (P6)	Kutipan ini menunjukkan bahwa perubahan iklim dipersepsikan berdampak pada kesehatan dan kemampuan fisik dalam menjalankan aktivitas.
Dampak perubahan iklim	Dampak sosial-ekonomi	"...lingkungan keluargaku masih banyak yang petani jadi ngerasa banget dari pemilihan tanaman aja udah mulai beralih ke yang lebih tahan cuaca dibandingkan padi yang lumayan sering ee susah ngerawat kalau iklimnya masih gak beraturan..." (P3)	Kutipan ini memperlihatkan bahwa perubahan iklim berdampak pada pekerjaan dan strategi bertahan hidup keluarga yang bergantung pada sektor pertanian.
Pandangan masa depan	Kekhawatiran terhadap sumber daya	"...kalau bumi tuh beberapa tahun ke depan akan mengalami kemarau panjang nah itu bikin aku jadi was-was	Kutipan ini menunjukkan bahwa perubahan iklim membentuk



		aja gitu what if emang itu bakal terjadi, gimana nanti air bersihnya gimana takutnya gak ada lagi terus makanannya nanti gimana dan nanti kita tinggalnya pun gimana kalau bumi akan sepanas itu...” (P7)	kekhawatiran terhadap air bersih, pangan, tempat tinggal, dan keberlangsungan hidup.
Pandangan masa depan	Ketidakpastian ekonomi dan kualitas hidup	“...keuangan harus kita keluarkan untuk tempat tinggal gitu yang nyaman dan kayak gitu sih mungkin masa depannya kayak mungkin segala sesuatu yang lebih nyaman itu kita harus mengeluarkan uang lebih banyak demi sebuah kenyamanan...” (P8)	Kutipan ini memperlihatkan bahwa masa depan dipersepsikan sebagai kondisi yang lebih mahal, tidak pasti, dan menuntut biaya hidup lebih tinggi.

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis tematik menunjukkan bahwa pengalaman partisipan mengenai perubahan iklim dapat dikelompokkan ke dalam empat tema utama, yaitu pemahaman perubahan iklim, faktor penyebab perubahan iklim, dampak perubahan iklim, dan pandangan masa depan.

Pemahaman Perubahan Iklim

Partisipan memahami perubahan iklim sebagai fenomena nyata yang sedang terjadi dan semakin memburuk. Pemahaman tersebut terutama dibentuk oleh pengalaman sehari-hari terhadap cuaca yang semakin ekstrem, perubahan musim yang sulit diprediksi, serta meningkatnya kejadian banjir di lingkungan sekitar. Partisipan menyebutkan bahwa musim kemarau dan musim hujan tidak lagi berlangsung dalam pola yang mudah dikenali. Kondisi ini membuat perubahan iklim tidak dipahami sebagai isu abstrak, melainkan sebagai pengalaman nyata yang hadir dalam kehidupan sehari-hari.

Kutipan dari P9 menunjukkan bahwa ketidakpastian musim menjadi salah satu tanda perubahan iklim yang paling mudah dikenali oleh partisipan. Sementara itu, kutipan dari P2 menunjukkan bahwa partisipan yang tinggal atau memiliki kedekatan dengan wilayah pesisir memahami perubahan iklim melalui pengalaman banjir rob. Kedua kutipan tersebut mendukung tema pemahaman perubahan iklim karena memperlihatkan bahwa persepsi partisipan dibangun melalui pengalaman lokal, bukan hanya melalui informasi ilmiah atau pemberitaan media. Dengan demikian, pemahaman dewasa muda terhadap perubahan iklim dalam penelitian ini bersifat kontekstual dan berbasis pengalaman langsung.

Faktor Penyebab Perubahan Iklim

Partisipan memandang aktivitas manusia sebagai faktor utama yang menyebabkan perubahan iklim. Penggunaan bahan kimia, bahan sintesis, bahan bakar fosil, produksi sampah, dan perilaku tidak ramah lingkungan disebut sebagai bentuk kontribusi manusia terhadap memburuknya kondisi iklim. Selain itu, rendahnya kesadaran masyarakat terhadap dampak perilaku sehari-hari juga dianggap memperparah krisis iklim. Partisipan menilai bahwa



perubahan iklim tidak dapat dilepaskan dari pola hidup manusia yang kurang memperhatikan keberlanjutan lingkungan.

Kutipan dari P7 memperlihatkan bahwa partisipan mengaitkan perubahan iklim dengan aktivitas manusia yang menghasilkan pencemaran dan kerusakan lingkungan. Kutipan dari P18 memperkuat subtema rendahnya kesadaran lingkungan karena partisipan secara eksplisit menyebut kurangnya kepedulian manusia sebagai penyebab perubahan iklim. Selain tanggung jawab individu, kutipan dari P12 menunjukkan bahwa partisipan juga menekankan pentingnya peran pemerintah dalam membuat kebijakan resmi untuk mengatasi krisis iklim. Ketiga kutipan tersebut mendukung tema faktor penyebab perubahan iklim karena menunjukkan bahwa partisipan memahami krisis iklim sebagai persoalan perilaku manusia sekaligus persoalan struktural yang membutuhkan intervensi kebijakan.

Dampak Perubahan Iklim

Dampak perubahan iklim yang dirasakan partisipan dapat dikelompokkan menjadi tiga aspek, yaitu dampak psiko-emosional, fisik, dan sosial-ekonomi. Pada aspek psiko-emosional, partisipan mengungkapkan rasa takut, khawatir, cemas, dan lebih waspada terhadap kondisi iklim yang semakin tidak menentu. Kecemasan tersebut muncul karena partisipan melihat perubahan iklim sebagai ancaman yang terus berkembang dan berpotensi berdampak pada kehidupan saat ini maupun masa depan. Dengan demikian, perubahan iklim tidak hanya dipersepsikan sebagai persoalan lingkungan, tetapi juga sebagai sumber tekanan psikologis.

Pada aspek fisik, partisipan menyatakan bahwa perubahan cuaca ekstrem dapat berdampak pada kesehatan dan kemampuan tubuh dalam menjalankan aktivitas. Kutipan dari P6 menunjukkan bahwa perubahan iklim dirasakan melalui meningkatnya kerentanan kesehatan, termasuk pada anggota keluarga yang sebelumnya merasa lebih sehat dan mampu bekerja dengan baik. Pada aspek sosial-ekonomi, kutipan dari P3 memperlihatkan bahwa perubahan iklim berdampak pada keluarga yang bergantung pada sektor pertanian. Ketidakpastian musim membuat keluarga petani harus menyesuaikan jenis tanaman yang ditanam, sehingga perubahan iklim dipahami sebagai ancaman terhadap pekerjaan, pendapatan, dan keberlanjutan hidup masyarakat yang bergantung pada alam.

Pandangan Masa Depan

Pandangan masa depan partisipan cenderung dipenuhi kekhawatiran dan ketidakpastian. Perubahan iklim membuat partisipan membayangkan masa depan sebagai kondisi yang lebih sulit, terutama terkait ketersediaan air bersih, pangan, tempat tinggal, kesehatan, dan biaya hidup. Kekhawatiran tersebut menunjukkan bahwa perubahan iklim tidak hanya berdampak pada persepsi terhadap kondisi lingkungan saat ini, tetapi juga membentuk cara dewasa muda memproyeksikan kehidupan mereka di masa mendatang. Masa depan dipersepsikan sebagai sesuatu yang semakin tidak pasti karena krisis iklim dipandang dapat memperburuk kualitas hidup.

Kutipan dari P7 menunjukkan kekhawatiran partisipan terhadap kemungkinan kemarau panjang, kelangkaan air bersih, keterbatasan makanan, dan tempat tinggal yang tidak lagi nyaman akibat suhu bumi yang semakin panas. Kutipan dari P8 memperlihatkan bahwa perubahan iklim juga dikaitkan dengan kekhawatiran ekonomi, khususnya meningkatnya biaya untuk memperoleh kenyamanan dan keamanan hidup. Kedua kutipan tersebut mendukung tema pandangan masa depan karena menunjukkan bahwa kecemasan iklim tidak berhenti pada rasa takut terhadap kerusakan lingkungan, tetapi juga meluas pada ketidakpastian sosial, ekonomi,



dan keberlangsungan hidup. Dengan demikian, perubahan iklim membentuk imajinasi masa depan yang cenderung pesimistis pada sebagian partisipan

Pembahasan

Temuan penelitian menunjukkan bahwa partisipan memahami perubahan iklim sebagai fenomena nyata yang semakin memburuk. Pemahaman tersebut terutama dibentuk melalui pengalaman langsung terhadap cuaca ekstrem, ketidakpastian musim, dan perubahan lingkungan sekitar. Hal ini sejalan dengan Leiserowitz et al. (2021), yang menyatakan bahwa pengalaman personal terhadap kejadian cuaca ekstrem merupakan prediktor penting dalam meningkatkan persepsi risiko terhadap perubahan iklim. Selain itu, temuan mengenai banjir rob pada partisipan yang dekat dengan wilayah pesisir memperkuat pandangan Reser dan Swim (2011) bahwa pemahaman terhadap perubahan iklim tidak hanya dibentuk oleh pengetahuan ilmiah, tetapi juga oleh pengalaman kontekstual yang dialami individu dalam kehidupan sehari-hari. Dalam konteks lokal, pengalaman partisipan mengenai panas ekstrem di Surabaya, musim yang semakin sulit diprediksi, dan banjir rob di wilayah pesisir menunjukkan bahwa perubahan iklim dipahami melalui peristiwa yang dekat dengan kehidupan mereka. Dengan demikian, pemahaman partisipan terhadap perubahan iklim tidak bersifat abstrak, tetapi berakar pada pengalaman lingkungan yang nyata dan relevan dengan kehidupan sehari-hari.

Kontribusi baru dari tema pemahaman perubahan iklim adalah bahwa studi ini menunjukkan bagaimana dewasa muda Indonesia, khususnya yang hidup dalam konteks urban seperti Surabaya dan wilayah yang dekat dengan pesisir, memahami perubahan iklim bukan hanya sebagai isu global, melainkan sebagai pengalaman lokal yang hadir dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini memperkaya studi *climate anxiety* di Indonesia karena menunjukkan bahwa kecemasan iklim berawal dari pengenalan terhadap tanda-tanda konkret seperti panas ekstrem, ketidakpastian musim, dan banjir rob. Dengan demikian, pemahaman tentang perubahan iklim pada dewasa muda Indonesia tidak hanya bersumber dari media atau literatur ilmiah, tetapi juga dari pengalaman lingkungan yang mereka alami, saksikan, dan diskusikan secara sosial. Hal ini penting karena pengalaman lokal dapat menjadi dasar bagi munculnya persepsi risiko, kecemasan, dan dorongan untuk terlibat dalam perilaku pro-lingkungan.

Partisipan juga mengidentifikasi aktivitas manusia sebagai penyebab utama perubahan iklim. Persepsi ini konsisten dengan konsensus ilmiah global yang menekankan peran dominan aktivitas antropogenik dalam perubahan iklim (IPCC, 2022). Penggunaan bahan bakar fosil, bahan sintetis, bahan kimia, sampah, dan perilaku tidak ramah lingkungan dipersepsikan sebagai bentuk kontribusi manusia terhadap memburuknya kondisi iklim. Dalam penelitian ini, partisipan tidak hanya memahami perubahan iklim sebagai proses alamiah, tetapi juga sebagai konsekuensi dari pola hidup manusia yang tidak berkelanjutan. Pemahaman tersebut menunjukkan adanya kesadaran bahwa perilaku sehari-hari, praktik konsumsi, dan aktivitas industri memiliki hubungan dengan krisis iklim yang mereka rasakan.

Rendahnya kesadaran masyarakat yang disampaikan partisipan menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan tindakan atau *knowledge-action gap*. Kollmuss dan Agyeman (2002) menjelaskan bahwa pengetahuan lingkungan tidak selalu secara langsung menghasilkan perilaku pro-lingkungan karena tindakan individu juga dipengaruhi oleh nilai, emosi, norma sosial, kebiasaan, serta hambatan struktural. Wullenkord dan Reese (2021) juga menunjukkan bahwa individu dapat melakukan rasionalisasi untuk mengurangi rasa bersalah ketika tidak bertindak meskipun mengetahui dampak perubahan iklim. Dalam penelitian ini,



partisipan juga menekankan pentingnya peran pemerintah, yang menunjukkan bahwa perubahan perilaku individu dianggap tidak cukup tanpa dukungan kebijakan struktural.

Rendahnya kesadaran masyarakat yang disampaikan partisipan menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan dan tindakan atau *knowledge-action gap*. Kollmuss dan Agyeman (2002) menjelaskan bahwa pengetahuan lingkungan tidak selalu secara langsung menghasilkan perilaku pro-lingkungan karena tindakan individu juga dipengaruhi oleh nilai, emosi, norma sosial, kebiasaan, serta hambatan struktural. Wullenkord dan Reese (2021) juga menunjukkan bahwa individu dapat melakukan rasionalisasi untuk mengurangi rasa bersalah ketika tidak bertindak meskipun mengetahui dampak perubahan iklim. Dalam penelitian ini, partisipan menekankan bahwa perubahan perilaku individu saja tidak cukup tanpa dukungan kebijakan dan tindakan struktural dari pemerintah. Hal ini sejalan dengan Hickman et al. (2021), yang menemukan bahwa generasi muda memiliki ekspektasi tinggi terhadap tanggung jawab pemerintah dalam menangani krisis iklim. Selain itu, Bergquist et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan terhadap kebijakan mitigasi akan lebih kuat ketika pemerintah mengintegrasikan kebijakan iklim dengan jaminan sosial dan ekonomi.

Kontribusi baru dari tema faktor penyebab perubahan iklim adalah bahwa penelitian ini memperlihatkan adanya kesadaran ganda pada dewasa muda Indonesia, yaitu kesadaran terhadap tanggung jawab individu sekaligus kesadaran terhadap pentingnya perubahan struktural. Partisipan tidak hanya menyalahkan perilaku manusia secara umum, tetapi juga menyoroti rendahnya kesadaran masyarakat dan kebutuhan akan kebijakan pemerintah yang lebih tegas. Dalam konteks Surabaya sebagai wilayah urban dengan aktivitas transportasi, konsumsi, dan produksi sampah yang tinggi, temuan ini menunjukkan bahwa *climate anxiety* tidak hanya muncul karena ancaman ekologis, tetapi juga karena partisipan melihat adanya ketidaksesuaian antara pengetahuan tentang krisis iklim dan tindakan nyata masyarakat maupun pemerintah. Dengan demikian, studi ini memperluas pemahaman tentang *climate anxiety* di Indonesia sebagai pengalaman psikologis yang berkaitan dengan persepsi terhadap kegagalan perilaku kolektif dan lambatnya respons struktural terhadap krisis iklim.

Dampak perubahan iklim dalam penelitian ini terbagi ke dalam tiga aspek utama, yaitu psiko-emosional, fisik, dan sosial-ekonomi. Pada aspek psiko-emosional, partisipan menunjukkan rasa takut, khawatir, cemas, dan waspada terhadap kondisi iklim yang semakin tidak menentu. Fenomena ini sesuai dengan konsep *climate anxiety*, yaitu respons emosional terhadap ancaman perubahan iklim yang dapat dialami oleh individu meskipun mereka tidak selalu mengalami bencana iklim secara langsung (Clayton, 2020; Hickman et al., 2021). Kekhawatiran partisipan tidak hanya diarahkan pada kondisi saat ini, tetapi juga pada masa depan generasi berikutnya, yang menunjukkan adanya dimensi intergenerasional dalam kecemasan iklim. Dalam konteks Indonesia, temuan ini memperlihatkan bahwa *climate anxiety* pada dewasa muda muncul dari kombinasi antara paparan informasi tentang krisis iklim, pengalaman lingkungan lokal, dan kekhawatiran terhadap keberlanjutan hidup di masa depan.

Pada aspek fisik, partisipan memandang perubahan iklim sebagai faktor yang dapat meningkatkan kerentanan kesehatan. Cuaca ekstrem, suhu panas, dan perubahan musim dipersepsikan dapat mengganggu kondisi tubuh serta menghambat aktivitas sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan Romanello et al. (2021), yang menunjukkan bahwa perubahan iklim berkaitan dengan peningkatan risiko kesehatan manusia, termasuk penyakit terkait panas, gangguan pernapasan, dan kerentanan kesehatan lainnya. Sementara itu, pada aspek sosial-ekonomi, dampak perubahan iklim tampak pada keluarga yang bergantung pada sektor



pertanian. Ketidakpastian musim membuat keluarga petani harus menyesuaikan strategi pertanian, termasuk memilih tanaman yang lebih tahan terhadap cuaca ekstrem. Temuan ini mendukung Morton (2007), yang menyatakan bahwa perubahan iklim dapat memengaruhi produktivitas pertanian dan ketahanan pangan, terutama pada masyarakat yang bergantung pada sumber daya alam.

Kontribusi baru dari tema dampak perubahan iklim adalah bahwa penelitian ini menunjukkan *climate anxiety* pada dewasa muda Indonesia bersifat multidimensional. Kecemasan yang muncul tidak hanya berkaitan dengan emosi negatif, tetapi juga terhubung dengan kesehatan fisik, pekerjaan keluarga, keberlanjutan pertanian, dan kondisi sosial-ekonomi. Pengalaman keluarga petani yang harus menyesuaikan pola tanam menunjukkan bahwa krisis iklim dapat masuk ke ruang keluarga dan memengaruhi persepsi dewasa muda terhadap keamanan ekonomi rumah tangga. Dengan demikian, temuan ini memperluas kajian *climate anxiety* di Indonesia dengan menunjukkan bahwa kecemasan iklim tidak dapat dipahami semata-mata sebagai respons individual, tetapi sebagai respons terhadap kerentanan sosial-ekologis yang nyata, terutama pada kelompok yang bergantung pada alam.

Pandangan masa depan partisipan didominasi oleh kekhawatiran terhadap keberlangsungan hidup, ketersediaan air bersih, pangan, tempat tinggal, biaya hidup, dan kualitas hidup. Kekhawatiran ini menunjukkan bahwa perubahan iklim membentuk persepsi masa depan yang tidak pasti dan cenderung pesimistis. Temuan ini sejalan dengan Ojala (2012), yang menyatakan bahwa persepsi negatif terhadap masa depan akibat perubahan iklim dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis generasi muda. Dalam penelitian ini, partisipan membayangkan masa depan sebagai kondisi yang lebih sulit, lebih mahal, dan lebih rentan akibat krisis iklim. Kekhawatiran terhadap ketidakpastian ekonomi juga tampak ketika partisipan mengaitkan perubahan iklim dengan meningkatnya biaya untuk memperoleh tempat tinggal yang nyaman, akses sumber daya, dan kualitas hidup yang layak. Namun demikian, kekhawatiran tersebut tidak selalu bermakna negatif apabila disertai dengan harapan, dukungan sosial, dan efikasi diri. Apabila kecemasan tidak diimbangi dengan rasa mampu bertindak, maka kondisi tersebut dapat berkembang menjadi *eco-paralysis*, yaitu keadaan ketika individu merasa tidak berdaya dalam menghadapi krisis iklim (Albrecht, 2011).

Kontribusi baru dari tema pandangan masa depan adalah bahwa penelitian ini menunjukkan bagaimana *climate anxiety* pada dewasa muda Indonesia berkaitan erat dengan ketidakpastian ekonomi dan bayangan tentang kualitas hidup di masa mendatang. Partisipan tidak hanya takut terhadap kerusakan lingkungan, tetapi juga terhadap konsekuensi praktis seperti kelangkaan air, keterbatasan pangan, meningkatnya biaya hidup, dan kebutuhan finansial yang lebih besar untuk memperoleh rasa aman. Temuan ini penting bagi studi *climate anxiety* di Indonesia karena menunjukkan bahwa kecemasan iklim tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial-ekonomi masyarakat. Dengan demikian, pembahasan mengenai *climate anxiety* perlu mencakup dimensi psikologis, ekologis, dan ekonomi secara bersamaan, terutama dalam konteks negara rentan iklim seperti Indonesia.

Secara keseluruhan, penelitian ini memperlihatkan bahwa *climate anxiety* pada dewasa muda Indonesia terbentuk melalui interaksi antara pengalaman lokal, persepsi terhadap penyebab perubahan iklim, dampak yang dirasakan, dan kekhawatiran terhadap masa depan. Pengalaman cuaca ekstrem di Surabaya, banjir rob di wilayah pesisir, kerentanan keluarga petani, serta ketidakpastian ekonomi memperlihatkan bahwa kecemasan iklim memiliki akar sosial-ekologis yang kuat. Temuan ini memperkaya literatur *climate anxiety* yang selama ini



banyak didominasi oleh studi kuantitatif atau studi dari negara-negara Global North. Oleh karena itu, intervensi yang dibutuhkan tidak cukup hanya berupa edukasi lingkungan, tetapi juga perlu mencakup penguatan efikasi diri, dukungan psikologis, ruang partisipasi generasi muda, dan kebijakan iklim yang responsif terhadap kerentanan sosial-ekonomi masyarakat. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Jumlah partisipan relatif kecil dan dipilih melalui teknik *purposive sampling*, sehingga hasil penelitian tidak dimaksudkan untuk digeneralisasi pada seluruh populasi dewasa muda di Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini juga memiliki ketertarikan terhadap isu lingkungan, sehingga mereka mungkin memiliki tingkat kepedulian dan kecemasan iklim yang lebih tinggi dibandingkan dewasa muda yang tidak memiliki ketertarikan serupa. Selain itu, lokasi dan latar pengalaman partisipan masih terbatas, sehingga pengalaman mengenai Surabaya, wilayah pesisir, banjir rob, atau keluarga petani tidak dapat mewakili seluruh variasi pengalaman dewasa muda Indonesia. Penggunaan FGD juga berpotensi memunculkan bias sosial karena partisipan dapat menyesuaikan jawaban dengan pendapat peserta lain atau norma yang terbentuk dalam diskusi kelompok. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam dari segi wilayah, tingkat paparan terhadap dampak iklim, latar sosial-ekonomi, serta tingkat keterlibatan dalam isu lingkungan agar pemahaman mengenai *climate anxiety* pada dewasa muda Indonesia dapat diperoleh secara lebih luas dan mendalam.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dewasa muda memahami perubahan iklim sebagai fenomena nyata yang semakin memburuk dan dekat dengan kehidupan sehari-hari. Pemahaman tersebut terbentuk melalui pengalaman terhadap cuaca ekstrem, ketidakpastian musim, banjir rob, serta dampak pada keluarga yang bergantung pada alam. Partisipan memandang aktivitas manusia dan rendahnya kesadaran lingkungan sebagai penyebab utama perubahan iklim. Dampak perubahan iklim dirasakan dalam aspek psiko-emosional, fisik, dan sosial-ekonomi, yang tercermin melalui kecemasan, kekhawatiran terhadap kesehatan, gangguan pekerjaan, serta ketidakpastian ekonomi. Kondisi tersebut turut membentuk pandangan masa depan yang cenderung pesimistis, terutama terkait ketersediaan sumber daya, biaya hidup, dan kualitas hidup.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan intervensi psikologis, edukatif, dan kebijakan. Secara psikologis, kecemasan iklim pada dewasa muda perlu dipahami sebagai respons terhadap ancaman ekologis yang nyata, bukan semata-mata sebagai bentuk kecemasan individual. Secara edukatif, diperlukan pendidikan iklim yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memperkuat efikasi diri, harapan, dan kemampuan generasi muda untuk terlibat dalam tindakan pro-lingkungan. Secara kebijakan, pemerintah dan pemangku kepentingan perlu mengembangkan strategi mitigasi dan adaptasi perubahan iklim yang lebih responsif terhadap kerentanan sosial-ekonomi, kesehatan mental, dan kebutuhan generasi muda.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan partisipan yang lebih beragam dari segi wilayah, latar sosial-ekonomi, tingkat paparan terhadap dampak iklim, serta tingkat keterlibatan dalam isu lingkungan. Kajian lanjutan juga dapat membandingkan pengalaman dewasa muda di wilayah urban, pesisir, pedesaan, dan daerah rawan bencana. Perbandingan tersebut penting untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *climate anxiety* di Indonesia. Selain itu, penelitian mendatang dapat mengkaji faktor pelindung, seperti dukungan



sosial, harapan, resiliensi, dan efikasi diri, yang berpotensi mengubah kecemasan iklim menjadi tindakan adaptif dan pro-lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ágoston, C., Csaba, B., Nagy, B., Kovary, Z., Dúll, A., Rácz, J., & Demetrovics, Z. (2022). Identifying types of eco-anxiety, eco-guilt, eco-grief, and eco-coping in a climate-sensitive population: A qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(2461), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph19042461>
- Albrecht, G. (2011). Chronic environmental change : Emerging ‘psychoterratic’ syndromes the loss of regularity. In I. Weissbecker (Ed.), *Climate Change and Human Well-Being* (pp. 43–56). https://doi.org/10.1007/978-1-4419-9742-5_3
- Bergquist, P., Mildenerger, M., & Stokes, L. C. (2022). Combined climate, economic, and social policy responses as a strategy to build policy support. *Environmental Science & Policy*, 127, 44-57. <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/ab81c1>
- Bhullar, N., Davis, M., Kumar, R., Nunn, P., & Rickwood, D. (2022). Climate anxiety does not need a diagnosis of a mental health disorder. *The Lancet Planetary Health*, 6(5), e383. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(22\)00072-9](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(22)00072-9)
- Bourque, F., & Willox, A. C. (2014). Climate change: The next challenge for public mental health? *International Review of Psychiatry*, 26(4), 415–422. <https://doi.org/10.3109/09540261.2014.925851>
- Chou, D. T., Abelama Neto, E., Thomas, I., Martin, A., & Benoit, L. (2023). Climate awareness, anxiety, and actions among youth: a qualitative study in a middle-income country. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 45(3), 258–267. <https://doi.org/10.47626/1516-4446-2022-2890>
- Cianconi, P., Betrò, S., & Janiri, L. (2020). The impact of climate change on mental health: A systematic descriptive review. *Frontiers in Psychiatry*, 11(74), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00074>
- Clayton, S. (2020). Climate anxiety: Psychological responses to climate change. *Journal of Anxiety Disorders*, 74(102263), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102263>
- Clayton, S., & Karazsia, B. T. (2020). Development and validation of a measure of climate change anxiety. *Journal of Environmental Psychology*, 69(101434), 1–11. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2020.101434>
- Clayton, S., Manning, C., Krygsman, K., & Speiser, M. (2017). *Mental health and our changing climate: Impacts, implications, and guidance*. American Psychological Association, and ecoAmerica. <https://www.apa.org/news/press/releases/2017/03/mental-health-climate.pdf>
- Clayton, S., Pihkala, P., Wray, B., & Marks, E. (2023). Psychological and emotional responses to climate change among young people worldwide: Differences associated with gender, age, and country. *Sustainability*, 15(3540), 1–12. <https://doi.org/10.3390/su15043540>
- Coffey, Y., Bhullar, N., Durkin, J., Islam, M. S., & Usher, K. (2021). Understanding eco-anxiety: A systematic scoping review of current literature and identified knowledge gaps. *The Journal of Climate Change and Health*, 3(100047), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2021.100047>
- Corner, A., Roberts, O., Chiari, S., Völler, S., Mayrhuber, E. S., Mandl, S., & Monson, K. (2015). How do young people engage with climate change? The role of knowledge,



- values, message framing, and trusted communicators. *Wiley Interdisciplinary Reviews: Climate Change*, 6(5), 523–534. <https://doi.org/10.1002/wcc.353>
- Diffey, J., Wright, S., Uchendu, J. O., Masithi, S., Olude, A., Juma, D. O., Anya, L. H., Salami, T., Mogathala, P. R., Agarwal, H., Roh, H., Aboy, K. V., Cote, J., Saini, A., Mitchell, K., Kleczka, J., Lobner, N. G., Ialamov, L., Borbely, M., ... Lawrance, E. (2022). “Not about us without us”—the feelings and hopes of climate-concerned young people around the world. *International Review of Psychiatry*, 34(5), 499–509. <https://doi.org/10.1080/09540261.2022.2126297>
- Galway, L. P., & Field, E. (2023). Climate emotions and anxiety among young people in Canada: A national survey and call to action. *The Journal of Climate Change and Health*, 9(100204), 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.joclim.2023.100204>
- Godden, N. J., Farrant, B. M., Yallup Farrant, J., Heyink, E., Carot Collins, E., Burgemeister, B., Tabeshfar, M., Barrow, J., West, M., Kieft, J., Rothwell, M., Leviston, Z., Bailey, S., Blaise, M., & Cooper, T. (2021). Climate change, activism, and supporting the mental health of children and young people: Perspectives from Western Australia. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 57(11), 1759–1764. <https://doi.org/10.1111/jpc.15649>
- Gunasiri, H., Wang, Y., Watkins, E. M., Capetola, T., Henderson-Wilson, C., & Patrick, R. (2022). Hope, coping and eco-anxiety: Young people’s mental health in a climate-impacted Australia. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5528), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095528>
- Heeren, A., & Asmundson, G. J. G. (2023). Understanding climate anxiety: What decision-makers, health care providers, and the mental health community need to know to promote adaptive coping. *Journal of Anxiety Disorders*, 93. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2022.102654>
- Helm, S., Kemper, J. A., & White, S. K. (2021). No future, no kids—no kids, no future?: An exploration of motivations to remain childfree in times of climate change. *Population and Environment*, 43(1), 108–129. <https://doi.org/10.1007/s11111-021-00379-5>
- Hickman, C. (2024). Eco-anxiety in children and young people – A rational response, irreconcilable despair, or both? *The Psychoanalytic Study of the Child*, 77(1), 356–368. <https://doi.org/10.1080/00797308.2023.2287381>
- Hickman, C., Marks, E., Pihkala, P., Clayton, S., Lewandowski, R. E., Mayall, E. E., Wray, B., Mellor, C., & van Susteren, L. (2021). Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey. *The Lancet Planetary Health*, 5(12), e863–e873. [https://doi.org/10.1016/S2542-5196\(21\)00278-3](https://doi.org/10.1016/S2542-5196(21)00278-3)
- IPCC. (2001). *Climate change 2001: Impacts, adaptation & vulnerability* (J. J. McCarthy, O. F. Canziani, N. A. Leary, D. J. Dokken, & K. S. White (eds.)). Cambridge University Press. <http://www.ipcc.ch/ipccreports/tar/wg2/index.htm>
- IPCC. (2022). *Climate Change 2022 Mitigation of Climate Change*. Intergovernmental Panel on Climate Change.
- Jaro’ah, S., Ardedia, V., Nurchayati, & Jannah, M. (2023). “Climate is more than just weather”: Gap of knowledge about climate change and its psychological impacts among Indonesian youth. *Indonesian Journal of Social and Environmental Issues (IJSEI)*, 4(2), 160–170. <https://doi.org/10.47540/ijsei.v4i2.1001>



- Kaligis, F., Wangge, G., Fernando, G., Palguna, I. B. N. A., Pramatiirta, B., & Purba, N. V. T. (2023). Breaking the silence: unveiling the intersection of climate change and youth mental health in Indonesia. *Medical Journal of Indonesia*, 32(4), 249–253. <https://doi.org/10.13181/mji.bc.247147>
- Kollmuss, A., & Agyeman, J. (2002). Mind the gap: Why do people act environmentally and what are the barriers to pro-environmental behavior? *Environmental Education Research*, 8(3), 239–260. <https://doi.org/10.1080/13504620220145401>
- Kurth, C., & Pihkala, P. (2022). Eco-anxiety: What it is and why it matters. *Frontiers in Psychology*, 13(981814), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.981814>
- Leiserowitz, A., Maibach, E., Rosenthal, S., & Kotcher, J. (2021). *Climate Change in the American Mind, September 2021* (Issue September). Yale Program on Climate Change Communication.
- Mahudin, N. D. M., & Hakim, S. A. F. S. L. (2023). Climate Anxiety As a Public Health Issue: an Exploratory Study of Climate Anxiety in Malaysian Youth and Their Beliefs About Government Responses To Climate Change. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 23(3), 86–98. <https://mjphm.org/index.php/mjphm/article/view/2044>
- Marczak, M., Winkowska, M., Chaton-Østlie, K., Rios, R. M., & Klöckner, C. A. (2023). “When I say I’m depressed, it’s like anger.” An exploration of the emotional landscape of climate change concern in Norway and its psychological, social and political implications. *Emotion, Space and Society*, 46(100939), 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2023.100939>
- Morton, J. F. (2007). The impact of climate change on smallholder and subsistence agriculture. *PNAS*. <https://doi.org/10.1073/pnas.0701855104>
- Ogunbode, C. A., Doran, R., Hanss, D., Ojala, M., Salmela-Aro, K., van den Broek, K. L., Bhullar, N., Aquino, S. D., Marot, T., Schermer, J. A., Wlodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Maran, D. A., Yadav, R., Ardi, R., Chegeni, R., Ghanbarian, E., Zand, S., ... Karasu, M. (2022). Climate anxiety, wellbeing and pro-environmental action: correlates of negative emotional responses to climate change in 32 countries. *Journal of Environmental Psychology*, 84(101887), 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2022.101887>
- Ogunbode, C. A., Pallesen, S., Böhm, G., Doran, R., Bhullar, N., Aquino, S., Marot, T., Schermer, J. A., Wlodarczyk, A., Lu, S., Jiang, F., Salmela-Aro, K., Hanss, D., Maran, D. A., Ardi, R., Chegeni, R., Tahir, H., Ghanbarian, E., Park, J., ... Lomas, M. J. (2021). Negative emotions about climate change are related to insomnia symptoms and mental health: Cross-sectional evidence from 25 countries. *Current Psychology*, February, 1–10. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-01385-4>
- Ojala, M. (2012). Hope and climate change: the importance of hope for environmental engagement among young people. *Environmental Education Research*, 18(5), 625–642. <https://doi.org/10.1080/13504622.2011.637157>
- Pihkala, P. (2020). Anxiety and the ecological crisis: An analysis of eco-anxiety and climate anxiety. *Sustainability*, 12(7836), 1–20. <https://doi.org/10.3390/SU12197836>
- Reser, J. P., & Swim, J. K. (2011). Adapting to and Coping With the Threat and Impacts of Climate Change. *American Psychological Association*, 66(4), 277–290. <https://doi.org/10.1037/a0023412>



- Reyes, M. E. S., Carmen, B. P. B., Luminarias, M. E. P., Mangulabnan, S. A. N. B., & Ogunbode, C. A. (2023). An investigation into the relationship between climate change anxiety and mental health among Gen Z Filipinos. *Current Psychology*, 42, 7448–7456. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02099-3>
- Romanello, M., Mcgushin, A., Napoli, C. Di, Drummond, P., Hughes, N., Jamart, L., Kennard, H., Lampard, P., Chambers, J., Chu, L., Ciampi, L., Dalin, C., Dasandi, N., Dasgupta, S., Davies, M., Dominguez-salas, P., Dubrow, R., Ebi, K. L., Eckelman, M., ... Hamilton, I. (2021). The 2021 report of the Lancet Countdown on health and climate change: code red for a healthy future. *The Lancet*, 398(October), 1619–1662. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)01787-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)01787-6)
- Thomas, I., Martin, A., Wicker, A., & Benoit, L. (2022). Understanding youths' concerns about climate change: a cross-cultural qualitative study of a generation's ecological burden and resilience. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 16(110), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s13034-022-00551-1>
- Usher, K., Durkin, J., & Bhullar, N. (2019). Eco-anxiety: How thinking about climate change-related environmental decline is affecting our mental health. *International Journal of Mental Health Nursing*, 28(6), 1233–1234. <https://doi.org/10.1111/inm.12673>
- WHO. (2014). *Gender, climate change and health*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241508186>
- World Bank Group, & Asian Development Bank. (2021). *Climate risk country profile: Indonesia*. World Bank Publications. www.worldbank.org
- Wu, J., Snell, G., & Samji, H. (2020). Climate anxiety in young people: a call to action. *The Lancet Planetary Health*, 4(10), e435–e436. [https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196\(20\)30223-0/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanplh/article/PIIS2542-5196(20)30223-0/fulltext)
- Wullenkord, A., & Reese, G. (2021). Avoidance, rationalization, and the climate-knowledge gap: The role of psychological barriers in climate change inaction. *Frontiers in Psychology*, 12, 646480. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2021.101683>
- Xiang, J. Y. (2022). *Climate change, sustainable development and cleantech: A pathway for developing countries*. Edward Elgar Publishing.