

Abstrak

Pandemi COVID-19 yang sedang berlangsung menyebabkan perubahan pola hidup masyarakat Indonesia. Ketidakpastian mengenai berbagai aspek pandemi akan berakhir diduga berperan sebagai stresor yang mempengaruhi cara individu memaknai dan menghadapi pandemi, serta memunculkan atau memperparah gejala kecemasan yang dialami. Partisipan penelitian ini adalah masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas yang menetap di kota/kabupaten zona merah Pulau Jawa. Pengambilan data penelitian dilakukan secara daring dan diolah menggunakan *path analysis* untuk menguji hipotesis yang diusulkan. Penelitian membuktikan bahwa *appraisal* jenis *controllable by me* dan *controllable by others* berperan sebagai mediator paralel antara intoleransi terhadap ketidakpastian taraf moderat dan *problem-focused coping*. Kecemasan partisipan yang tergolong moderat juga diprediksi oleh intoleransi terhadap ketidakpastian, namun tidak dilibatkan dalam model mediasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa partisipan memiliki intoleransi ketidakpastian tingkat moderat yang memprediksi penilaian (*appraisal*) mengenai pandemi sebagai situasi yang dapat dikendalikan, serta memicu penerapan strategi *coping* berbasis masalah dalam menghadapinya.

Kata kunci: *appraisal, coping, COVID-19, intolerance of uncertainty*, kecemasan

Abstract

The on-going COVID-19 pandemic causes many changes in lifestyles of Indonesian society. Numerous uncertainty aspects of the pandemic presumed to serve as stressor which affecting one's appraisal and how one's cope, which triggers or worsen anxiety symptoms. The participants of current research includes Indonesian people aged 18 years and above who lived in the red zone cities in Java during the COVID-19 pandemic. To comply with health protocols, the data will be collected online and analyzed using path analysis model to test proposed hypothesis. The results suggest that controllable by me and controllable by others appraisals mediated moderate intolerance of uncertainty and problem-focused coping. Participants' moderate anxiety was also predicted by intolerance of uncertainty, yet it was not included in the mediation model. It is concluded that participants' moderate level of intolerance of uncertainty predicted appraisal regarding pandemic as a controllable situation, and promoted the use of problem-focused coping to face it.

Keywords: *appraisal, anxiety, coping, COVID-19, uncertainty*