

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang Masalah

Indonesia adalah negara yang rawan bencana alam. Hal ini terjadi karena terletak diantara tiga lempeng tektonik utama dunia, yaitu Lempeng Eurasia, Indo-Australia, dan Pasifik (BNPB, 2021). Selain itu, kondisi geografis dan iklim tropis Indonesia juga turut berkontribusi pada tingginya risiko bencana alam di berbagai wilayah di Indonesia, mulai dari gempa bumi, tsunami, letusan gunung berapi, hingga banjir dan tanah longsor (Hidayati et al., 2019). Iklim tropis dengan curah hujan yang tinggi, terutama selama musim hujan, memperbesar risiko terjadinya banjir dan tanah longsor, terutama di daerah-daerah dengan topografi curam dan tata kelola lingkungan yang buruk.

Sumatera Barat merupakan salah satu provinsi yang sering mengalami bencana tersebut. Kombinasi faktor geologi dan iklim membuat Sumatera Barat menjadi salah satu daerah dengan frekuensi bencana yang tinggi di Indonesia. Wilayah Sumatera tidak hanya berada di jalur cincin api pasifik, tetapi juga memiliki topografi yang rentan terhadap longsor dan banjir bandang (Hidayati et al., 2019). Salah satu peristiwa banjir bandang besar terjadi di Kabupaten Solok Selatan pada tahun 2019, mengakibatkan kerusakan infrastruktur, merendam ratusan rumah, dan ribuan warga terpaksa mengungsi (Rahmat et al., 2020). Selain itu, tanah longsor di Kabupaten Agam pada tahun 2021 tidak hanya menimbulkan korban jiwa, tetapi juga memutus akses jalan, sehingga menghambat bantuan darurat (BNPB, 2021).

Pada tanggal 11 Mei 2024, telah terjadi peristiwa galodo di Kabupaten Agam dan Kabupaten Tanah Datar Sumatera Barat. Peristiwa galodo yang terjadi menjadi salah satu bukti nyata dari rentannya daerah Sumatera Barat terhadap bencana. Bencana ini menyebabkan kerusakan infrastruktur, lahan pertanian, dan pemukiman warga. Selain kerugian material, bencana tersebut juga memakan korban jiwa dan membuat ratusan warga mengungsi mencari tempat yang lebih aman (BNPB, 2024).

Wilayah ini memang telah lama dikenal berisiko tinggi terhadap galodo, terutama selama musim penghujan. Hal ini sejalan dengan temuan dari studi Hidayati et al., (2019) bahwa topografi yang curam, curah hujan yang tinggi, dan penggunaan lahan yang tidak terkontrol meningkatkan potensi terjadinya longsor dan banjir bandang di wilayah Sumatera Barat. Curah hujan yang tinggi dapat menjadi faktor utama penyebab galodo ini terjadi, seiring dengan kondisi topografi daerah yang berbukit dan minimnya vegetasi penahan air di beberapa lokasi (Indra, 2020).

Bencana tersebut telah berdampak pada beberapa aspek seperti sosial, ekonomi, dan keadaan psikologis masyarakat. Berdasarkan informasi yang didapatkan dari berita yang dikeluarkan Jurnal Sumbar, sebanyak 19 orang meninggal dunia, 16 orang terluka akibat derasnya aliran air bercampur lumpur yang menghancurkan pemukiman dan fasilitas umum, dan 134 orang terpaksa mengungsi akibat bencana galodo ini. Kerusakan infrastruktur meliputi jalan yang putus akibat lumpur, lima jembatan hancur total, serta fasilitas publik seperti masjid,

mushala, satu sekolah dasar, polindes, dan kantor Baitul Maal wa Tamwil (BMT) yang terdampak (Saptarius, 2024)

Selain itu, dampak bencana galodo juga membuat lahan pertanian milik warga setempat rusak berat, hal ini memperparah kesulitan ekonomi mereka pasca bencana (Jurnal Sumbar, 2024; Pemkab Tanah Datar, 2024). Kerugian material yang dialami masyarakat Nagari Andaleh dapat terlihat dari pernyataan salah satu lansia berinisial S:

“Marapi nan malatuih ko, nan galodo patang ko, dahulu a ndak do takah iko do, gadang na aia ndak do takah iko do. Ndak do nan mularaik ka sawah do..”[Gunung Marapi yang Meletus ini, yang menyebabkan Galodo kemaren, dulunya ga pernah terjadi seperti itu, walaupun airnya besar (debitnya), tidak pernah seperti itu. Tidak pernah yang membuat melarat hingga ke sawah] (S, Komunikasi Personal, 30 Oktober 2024)

Selanjutnya, bencana galodo juga berdampak pada aspek psikososial. Masyarakat terdampak bencana yang kehilangan harta benda dan tempat tinggal menghadapi tekanan yang berat. Berdasarkan pengamatan penulis selama proses Kuliah Kerja Nyata-Merdeka Belajar Kampus Merdeka (KKN-MBKM) ditemukan bahwa sebagian anak-anak, orang dewasa, hingga lansia mengalami tingkat kecemasan yang beragam. Berdasarkan hasil wawancara yang berhasil dilakukan penulis dengan salah satu warga Andaleh, ia menjelaskan bahwa anaknya memiliki kecemasan yang tinggi setiap hujan turun setelah bencana galodo terjadi. Hal ini disertai dengan perilaku anaknya yang selalu meminta untuk menutup pintu rumah saat hujan deras mulai turun. Sementara itu, warga lainnya yang berhasil penulis wawancara juga mengaku bahwa ia tidak pernah lagi tidur di dalam kamar dengan keluarganya pasca bencana galodo karena merasa khawatir bila bencana galodo kembali terjadi.

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa dampak psikososial dari bencana alam sangat signifikan. Gejala seperti kecemasan, depresi, dan gangguan tidur ditemukan umum terjadi pada korban bencana (Frontiers, 2021). Sebuah penelitian menemukan bahwa mayoritas lansia di daerah rawan longsor mengalami kecemasan ringan hingga berat akibat bencana yang dialami (Nurhayati et al., 2020). Penelitian lain juga mengungkapkan bahwa lansia yang menjadi korban gempa bumi memiliki risiko tinggi terhadap *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dan kecemasan, dengan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya (Suryani et al., 2019). Selain itu, isolasi sosial yang sering dialami oleh lansia pasca-bencana memperburuk kondisi psikologis mereka, yang dapat memicu depresi, kecemasan berlebihan, dan stres kronis (Handayani & Kusuma, 2021). Pengalaman traumatik yang dialami korban tidak hanya memengaruhi kesejahteraan mental tetapi juga berpotensi mengganggu kehidupan sosial dan produktivitas mereka (Frontiers, 2021; Novia et al., 2020). Oleh karena itu, intervensi berupa dukungan psikososial yang memadai sangat diperlukan untuk membantu lansia mengatasi dampak psikologis yang mereka alami setelah bencana.

Secara khusus, di daerah yang tertimpa bencana galodo tersebut, penulis melihat bahwa lansia merupakan salah satu kelompok yang sangat rentan mengalami masalah psikososial. Terkait ini, Ngo (2001) menjelaskan bahwa lansia cenderung menghadapi hambatan fisik dan kesehatan yang memperburuk kerentanan mereka saat menghadapi bencana. Ada beberapa hal yang menyebabkan hal ini, salah satunya adalah karena mereka memiliki keterbatasan fisik, yang menyulitkan lansia untuk menyelamatkan diri dengan cepat saat terjadi bencana.

Selain itu, mereka mengalami kesulitan akses terhadap bantuan, terbatas dalam melakukan mobilitas, juga ketergantungan pada pihak lain. Hal lainnya yang menjadi penyebab lansia termasuk dalam kelompok yang rentan ialah isolasi sosial dan ketergantungan pada pihak lain (Pradana et al., 2021). Marchand (2022) menambahkan bahwa persepsi risiko yang rendah atau tidak akurat pada lansia dapat memengaruhi kesiapan mereka dalam menghadapi situasi darurat.

Sehubungan kondisi lansia yang rentan tersebut, beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa para lansia melakukan beragam cara untuk menghadapi masalah psikologis yang timbul pasca bencana. Salah satunya mereka berusaha mencari komunitas yang suportif untuk mendapatkan dukungan sosial. Hal ini sesuai dengan penelitian Hutton dan Haque (2004) yang menunjukkan bahwa komunitas berperan penting dalam pemulihan lansia pasca bencana. Selain itu, para lansia sering menggunakan pendekatan religius, seperti memperbanyak ibadah, doa, atau meditasi, untuk menenangkan diri dan menemukan makna dari peristiwa yang mereka alami (Koenig, 2006). Cara lainnya adalah menjaga keterlibatan dalam aktivitas fisik sederhana, seperti berkebun atau berjalan kaki, yang dapat membantu mengurangi stres serta menjaga kesehatan fisik dan mental mereka di tengah situasi sulit (Hildon et al., 2008).

Penyintas lansia menghadapi kerentanan yang meningkat saat terjadi bencana alam, baik dari segi fisik maupun psikologis. Penurunan fungsi tubuh, penyakit kronis, dan keterbatasan mobilitas membuat lansia lebih rentan terhadap cedera dan kesulitan dalam evakuasi (Maharani, 2018). Namun, di Nagari Andaleh para lansia terlihat tetap beraktivitas seperti biasanya pasca bencana galodo terjadi.

Berbagai riset sebelumnya menunjukkan bahwa pendekatan spiritual digunakan oleh individu untuk menghadapi tekanan psikologis di tengah bencana. Pendekatan ini membantu mereka menemukan ketenangan batin, merasa lebih menerima keadaan, dan meningkatkan daya tahan mental. Seperti yang dibahas oleh Koenig (2006) pada penelitiannya, praktik keagamaan seperti doa, meditasi, dan ibadah dapat memberikan rasa aman dan harapan di tengah situasi yang sulit. Penelitian lain oleh Pargament et al. (2000) juga menunjukkan bahwa doa memainkan peran penting dalam membantu korban bencana mengatasi rasa kehilangan dan trauma. Pendekatan ini tidak hanya memberikan dukungan psikologis tetapi juga memperkuat rasa komunitas dan kebersamaan dalam menghadapi tantangan.

Riset-riset tersebut menunjukkan bahwa doa dapat menjadi alat yang efektif untuk membantu individu menyelesaikan masalah psikologis akibat bencana. Doa adalah komunikasi yang bersifat personal dengan Tuhan, yang mencakup berbagai bentuk ekspresi seperti permohonan, pujian, syukur, dan pengakuan (Poloma dan Pendleton, 1990). Doa tidak hanya berfungsi sebagai bentuk komunikasi spiritual, tetapi juga sebagai mekanisme *coping* yang membantu individu menghadapi rasa kehilangan, ketidakpastian, dan trauma. Penelitian dari Sumual, Kambey, dan Kalagi (2022) pada penyintas bencana Sinabung menemukan bahwa doa menjadi alat refleksi dan sumber kekuatan untuk menghadapi kehilangan serta membangun kembali kehidupan mereka. Doa memberikan harapan dan membantu individu menjaga optimisme dalam situasi yang sulit. Sementara itu, hal serupa ditemukan pada penelitian Rahmawati dan Gati (2023) yang dilakukan pada penyintas banjir

di kelurahan Joyotakan mengungkapkan bahwa doa, sebagai bagian dari spiritualitas, dianggap sebagai cara untuk meningkatkan penerimaan, ketenangan batin, dan kepercayaan bahwa segala sesuatu yang terjadi adalah bagian dari rencana Tuhan. Dengan demikian, pendekatan spiritual melalui doa menjadi elemen penting dalam proses pemulihan psikologis pascabencana.

Beberapa riset sebelumnya menunjukkan bahwa doa dapat menjadi sarana pengolahan emosi dan pemulihan spiritual yang efektif (Pargament, 1997). Penelitian dari Sumual, Kambey, dan Kalagi (2022) pada penyintas bencana Sinabung menemukan bahwa doa menjadi alat refleksi dan sumber kekuatan untuk menghadapi kehilangan dan membangun kembali kehidupan mereka. Sementara itu, hal serupa ditemukan pada penelitian Rahmawati dan Gati (2023) yang dilakukan pada penyintas banjir mengungkapkan bahwa doa sebagai bagian dari spiritualitas, dianggap sebagai cara meningkatkan penerimaan dan ketenangan batin di tengah kesulitan.

Di tengah bencana, terlihat bahwa orang memanjatkan doa yang khas. Ini serupa yang disampaikan Koenig (2012) bahwa dalam situasi krisis, doa permohonan sering mendominasi karena individu mencari bantuan Tuhan untuk menghadapi tantangan. Sebaliknya pada momen kebahagiaan, doa ungkapan syukur lebih sering dilakukan sebagai ekspresi rasa terima kasih atas berkah yang diterima (Levin, 2001). Doa juga dapat berubah bentuk saat dalam praktik kolektif, seperti doa bersama dalam komunitas, yang berfungsi tidak hanya sebagai bentuk ibadah tetapi juga alat untuk membangun solidaritas sosial dan dukungan emosional (Azharghanny, 2020).

Pilihan doa-doa pada berbagai situasi tersebut secara implisit menunjukkan bahwa orang membaca situasi yang dihadapi sebelum mereka berdoa. Doa merupakan respon terhadap situasi yang mereka hadapi tersebut. Hal ini juga menunjukkan bahwa untuk setiap doa yang dipanjatkan, orang memiliki makna yang khas, sebagai cerminan hubungan individu dengan situasi yang dihadapinya serta keyakinan yang dimiliki (Koenig, 2001).

Pilihan para lansia dan para penyintas bencana di berbagai daerah tersebut untuk menggunakan do'a di tengah bencana menunjukkan bahwa do'a memiliki makna penting bagi mereka di tengah situasi bencana. Do'a lebih dari sekadar ritual keagamaan, tetapi juga menjadi sarana untuk mencari kekuatan, ketenangan, dan harapan dalam menghadapi tekanan yang muncul akibat bencana. Untuk memahami perilaku berdo'a, termasuk bagaimana do'a bekerja dalam membantu mengatasi masalah psikologis para penyintas bencana, diperlukan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana, khususnya para lansia, memaknai do'a di tengah bencana tersebut. Hal ini penting untuk menjelaskan peran spiritualitas dalam proses pemulihan psikologis, serta memberikan wawasan mengenai pendekatan berbasis budaya dan spiritual yang relevan dalam mendukung penyintas bencana (D'attira et al., 2020).

Sejumlah riset telah dilakukan oleh para peneliti sebelumnya untuk memahami perilaku berdoa. Sebagian besar riset tersebut cenderung fokus pada pengaruh doa terhadap kesejahteraan psikologis, pengurangan stres, dan peningkatan hubungan sosial. Misalnya, Rosmarin et al., (2005) mengkaji peran doa dalam mengurangi gejala kecemasan dan depresi melalui peningkatan

spiritualitas. Zarzycka et al. (2022) menyoroti hubungan antara praktik doa dengan keseimbangan emosional dan ketahanan individu dalam menghadapi tekanan.

Namun, riset-riset sebelumnya tentang doa lebih fokus membahas dampaknya dalam aspek psikologis, perkembangan emosional, *well-being*, dan hubungan sosial (Rosmarin et al., 2005; Zarzycka et al., 2022; Ladd & Spilka, 2013; Fincham et al., 2010). Penelitian-penelitian tersebut hanya menjelaskan manfaat atau efek yang muncul akibat doa, tetapi gagal memberikan gambaran menyeluruh tentang dinamika psikologis yang melibatkan proses bagaimana doa dapat menghasilkan manfaat-manfaat tersebut. Pemahaman yang lebih dalam diperlukan untuk menjelaskan mekanisme psikologis dan spiritual yang terlibat dalam pengalaman berdoa, terutama dalam konteks krisis seperti bencana alam.

Oleh karena itu, peneliti menganggap penting untuk melakukan penelitian tentang makna doa guna untuk menambah penjelasan mengenai perilaku berdoa seseorang. Dengan pendekatan *interpretative phenomenological analysis* (IPA) penelitian ini bermaksud untuk mengeksplorasi tentang bagaimana orang memaknai doa yang mereka panjatkan. Secara khusus, penelitian ini akan dilakukan pada lansia pentintas bencana di Andaleh dengan mempertimbangkan paparan sebelumnya. Peneliti hendak menyelidiki bagaimana pengalaman pribadi, keyakinan religius, dan situasi bencana membentuk persepsi dan makna doa para lansia.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, maka pertanyaan penelitian yakni “Bagaimanakah makna doa pada penyintas lansia pasca galodo di Nagari Andaleh?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui lebih dalam tentang makna doa pada penyintas lansia bencana galodo di Nagari Andaleh.

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi peneliti dan khalayak intelektual pada umumnya, bagi pengembangan keilmuan baik dari aspek teoritis maupun praktis, di antaranya:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya pada psikologi bencana yang berkaitan dengan pemaknaan doa pada penyintas lansia. Penelitian ini juga berkontribusi pada pengembangan kajian tentang peran keyakinan religius dalam memberikan ketenangan psikologis dan strategi koping bagi lansia penyintas bencana.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi psikolog, konselor, atau tokoh masyarakat dalam memahami peran doa sebagai salah satu mekanisme *coping* yang penting bagi lansia pasca bencana. Penelitian ini juga dapat digunakan untuk mengembangkan pendekatan intervensi psikologis

yang lebih sensitif terhadap aspek spiritual dan religius, khususnya dalam mendukung penyintas lansia untuk mengatasi trauma akibat bencana.

