

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sumatera Barat adalah salah satu wilayah yang rawan bencana di Indonesia. Dilansir dari rri.co.id (2024) Menko PKM menyatakan bahwa Sumatera Barat merupakan provinsi kedua setelah Jawa Barat yang rawan terjadinya bencana. Provinsi Sumatera Barat, Gunung Marapi adalah salah satu gunung api aktif yang sering mengalami erupsi. Pada tahun 2024, gunung ini telah mengalami puluhan kali letusan, menghasilkan abu vulkanik yang mencapai hingga 900 meter ke atmosfer. Abu vulkanik ini berdampak pada kesehatan masyarakat dan aktivitas ekonomi di sekitar gunung. Selain itu, galodo (banjir lahar dingin) menjadi ancaman tambahan yang kerap merusak infrastruktur dan lahan pertanian di daerah lereng gunung. Banjir lahar dingin dapat bergerak dengan kecepatan dan volume yang besar, sehingga dapat membuat kerusakan parah di sepanjang alirannya (BNPB, 2024). Aliran ini berasal dari sungai yang bermuara dari hulu gunung marapi. Salah satu aliran sungai yang mengalami banjir lahar dingin yaitu berada di Nagari Bukik Batabuah, Kec. Candung, Kab. Agam, Sumbar. Dari segi geografis yang terletak di lereng gunung marapi membuat Nagari Bukik Batabuah menjadi salah satu daerah rawan bencana atau memiliki potensi terjadinya bencana.

Banjir lahar dingin yang terjadi di Nagari Bukik Batabuah menyebabkan banyak kerugian di berbagai aspek kehidupan baik aspek fisik, psikologis dan

sosial. Dampak fisik dapat dilihat dari kerusakan lingkungan dan jumlah korban jiwa yang ditimbulkan. Badan Nasional Penanggulangan Bencana (2024), menyebutkan bahwa Galodo yang terjadi di Bukik Batabuah mengakibatkan 24 korban jiwa meninggal dunia, 22 orang mengalami luka-luka, 33 rumah rusak total, 193 rumah terendam banjir lumpur dan 19 fasilitas umum mengalami kerusakan. Banyak aset rumah tangga yang rusak dan kegiatan ekonomi pun menurun. Bencana yang terjadi mengakibatkan banyak masyarakat di wilayah tersebut mengalami kehilangan pekerjaan (Wijayanti, 2013). Mao dan Agyapong (2021) menyebutkan bahwa bencana alam dapat memiliki efek buruk pada kesejahteraan mental sebagai akibat dari perubahan karena kondisi sosial ekonomi, gangguan sosial, perpindahan, dan kerugian finansial.

Selain kerusakan fisik yang timbul akibat bencana terdapat juga masalah psikologis bagi para korban yang terdampak bencana banjir lahar dingin ini. Norris dkk., (2002) menyebutkan bahwa bencana alam dapat memberikan dampak yang signifikan, tidak hanya secara fisik tetapi juga secara psikologis bagi para korban yang mengalaminya. Korban yang terdampak bencana mengalami reaksi psikologis berupa ketidakseimbangan antara mental dan emosionalnya. Mereka yang menjadi korban bencana memiliki potensi untuk mengalami berbagai masalah psikologi seperti trauma, panik, sulit tidur, perasaan bersalah yang berlebihan, emosi yang tidak menentu, ingatan mengenai bencana yang dialami, ketakutan bahkan dapat berakhir dengan gangguan kejiwaan yang berujung dengan bunuh diri (Masykur, 2006).

Dampak psikologis yang dirasakan korban bencana memiliki efek jangka panjang. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Agyapong dkk., (2020) menyebutkan bahwa dampak bencana dapat meluas setelah terjadinya bencana dan berlangsung dalam jangka waktu yang panjang. Kondisi pasca-bencana seringkali menimbulkan berbagai masalah psikologis, seperti stres, depresi, kecemasan, dan bahkan gangguan mental yang lebih serius (Sattler dkk., 2014). Freud menjelaskan bahwa individu yang mengalami peristiwa traumatis dapat mengalami neurosis traumatik, ditandai dengan rasa takut yang intens dan seringnya mengalami mimpi terkait peristiwa tersebut (Astuti, 2012). Hal ini sesuai dengan survei yang telah dilakukan oleh tim MBKM Universitas Andalas pada masyarakat Nagari Bukik Batabuah yang terdampak bencana menggunakan kuesioner *International Trauma Questionnaire* (ITQ) ditemukan bahwa 76,25% masyarakat dengan rentang usia 20-60 tahun yang terdampak mengalami kesulitan tidur apalagi ketika turun hujan. Beberapa masyarakat juga menyebutkan bahwa mereka sering mengalami mimpi buruk mengenai kejadian bencana yang mereka alami. Kondisi ini merupakan salah satu bentuk gejala fisik dari kecemasan yang dirasakan oleh korban bencana (NIMH, 2019).

Penelitian yang dilakukan untuk melihat dampak bencana, didapatkan bahwa kelompok usia dewasa dan kelompok usia remaja lebih banyak mengalami kecemasan akibat bencana (Haqi, 2019). Usia dewasa juga merupakan kelompok yang paling banyak mengalami *stress* akibat bencana yang terjadi, Aryanta dan Utami (dalam Raihan dkk., 2024). Pada penelitian lainnya didapatkan bahwa 90% individu dewasa madya yang berada di daerah rawan bencana memiliki

tingkat kecemasan yang tinggi (Amellya, 2023). Hal ini juga didapatkan pada remaja, 73% remaja yang tinggal di daerah rawan bencana mengalami kecemasan (Niman, Tania, & Wijaya, 2022).

Banjir lahar dingin yang terjadi di Bukik Batabuah ini juga menyebabkan kekhawatiran yang cukup mendalam bagi masyarakat yang terdampak. Situasi bencana memberikan dampak signifikan pada orang dewasa, baik dari aspek fisik maupun psikososial (Raihan dkk, 2024). Hasil wawancara dilakukan kepada 5 masyarakat yang terdampak, dimana didapatkan bahwa mereka merasa cemas dan khawatir dengan kehidupan mereka kedepannya. Setelah menghadapi bencana, masyarakat dewasa memiliki tanggung jawab yang semakin meningkat karena mereka harus memulihkan kondisi kehidupan yang terganggu, memenuhi kebutuhan dasar keluarga, serta membangun kembali stabilitas ekonomi dan sosial (Erikson, 1994). Selain itu, tekanan untuk kembali bekerja atau menciptakan peluang ekonomi baru setelah kehilangan sumber penghasilan juga menjadi faktor stres yang signifikan (Bonanno dkk., 2010).

Kecemasan serupa juga terjadi pada remaja. Remaja juga termasuk kelompok rentan terhadap efek pasca bencana, hal ini dikarenakan mereka berada dalam tahap perkembangan identitas yang sensitif terhadap stresor lingkungan (Fothergill & Peek, 2015). Remaja lebih mudah terpengaruh oleh kejadian disekitar mereka seperti pengalaman traumatis seperti bencana. Remaja juga memungkinkan untuk merasakan kecemasan hal ini didukung dengan adanya ketidakpastian pendidikan dan ekonomi setelah bencana yang dirasakan remaja pasca bencana (Saeed & Gargano, 2022).

Masyarakat Nagari Bukik Batabuah banyak yang tetap memilih menetap di rumah mereka sebelumnya walaupun daerah mereka termasuk kedalam zona merah. Berdasarkan wawancara, hal ini karena masyarakat memikirkan bagaimana mereka kedepannya jika harus pindah, pekerjaan apa yang harus mereka lakukan jika pindah dan bagaimana mereka memenuhi kebutuhan mereka kedepannya. Namun, masyarakat yang memilih menetap juga memiliki kekhawatiran terkait ancaman bencana serupa dapat terjadi kedepannya. Sesuai dengan penelitian Arta dan Prajayanti (2023) bahwa ancaman bencana serupa dapat mempengaruhi kondisi psikologis seperti kecemasan pada masyarakat setempat.

Informasi yang didapatkan, masyarakat sendiri belum mendapat kejelasan terkait relokasi tempat tinggal, jaminan kesejahteraan berupa aspek ekonomi, pendidikan dan pemerintahan yang mengatakan akan melakukan relokasi pada zona merah (Fitra, 2024). Masyarakat Nagari Bukik Batabuah yang kebanyakan bekerja sebagai petani juga merasakan dampak yang sangat signifikan. Banyak lahan pertanian yang terdampak banjir lahar dingin sehingga lahan tersebut tidak dapat digunakan kembali. Bahkan sampai saat ini masih belum ada bantuan yang didapatkan terkait normalisasi lahan mereka yang terdampak dari pemerintahan (Wahyudi, 2024). Sesuai dengan penelitian yang menjelaskan bahwa pengalaman yang dirasakan akibat bencana seperti kerusakan lahan, rumah bahkan kehilangan rumah dapat menyebabkan peningkatan kecemasan setelah bencana (Afifi, 2012).

Menurut Zimbardo dan Boyd (2014), individu dengan kecenderungan untuk fokus pada masa depan cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi

jika mereka menghadapi situasi yang tidak pasti atau sulit diprediksi. Hal ini sesuai dengan yang dirasakan masyarakat Nagari Bukik Batabuah, karena mereka tidak hanya harus menghadapi trauma akibat bencana tetapi juga kekhawatiran yang terus-menerus mengenai keberlangsungan hidup di masa depan. Studi lain oleh Bryant dkk., (2014) juga menyebutkan bahwa tanggung jawab sosial ekonomi yang berat dapat menyebabkan adanya kecemasan dan depresi pada korban bencana. Ketidakpastian dan perubahan yang terjadi pada masyarakat Nagari Bukik Batabuah yang terdampak bencana memberikan dampak tersendiri bagi masyarakat. Berbagai dampak yang mereka rasakan mengakibatkan masyarakat merasa bingung dengan apa yang akan terjadi di masa yang akan datang mengenai kehidupan mereka kedepannya dan dapat meningkatkan tekanan psikologis yang dirasakan setelah bencana (Freedy dkk., 1992).

Perasaan yang dirasakan oleh masyarakat Nagari Bukik Batabuah merupakan kekhawatiran yang berkaitan dengan adanya ancaman bencana serupa yang akan terjadi, mengenai pekerjaan mereka yang hilang akibat bencana yang terjadi dan kekhawatiran apa yang harus dilakukan kedepannya. Perasaan yang dirasakan tersebut mengarah kepada rasa cemas terhadap masa yang akan datang yang dapat disebut kecemasan akan masa depan. Kecemasan akan masa depan atau *future anxiety* mengarah pada ketakutan atas kemungkinan yang tidak menguntungkan yang dapat terjadi di masa depan (Zaleski dkk., 2017). *Future anxiety* meliputi ketidakpastian, ketakutan dan kekhawatiran yang membuat individu merasa tidak memiliki kendali atas masa yang akan datang, selain itu

perubahan yang tidak diinginkan juga berperan dalam membentuk *future anxiety* yang dirasakan.

Zaleski menunjukkan bahwa hal mendasar dari kecemasan akan masa depan adalah kepribadian yang berkoordinasi dengan bagaimana individu menanggapi ketakutan, pengalaman pribadi, dan kejadian terkini (Zaleski, 1996). Dapat disimpulkan bahwa kecemasan akan masa depan (*future anxiety*) yang dialami adalah ketakutan tentang kemungkinan-kemungkinan yang tidak sesuai dengan harapan yang dapat terjadi di masa depan, dimana hal yang mendasari adalah berdasarkan pengalaman pribadi mengenai peristiwa negatif dan kejadian yang terjadi saat ini. Pengalaman negatif yang dimaksud mencakup bencana, penyakit yang mematikan bahkan kehilangan orang yang disayangi dan lainnya (Zaleski, 1996).

Hal serupa juga terjadi pada korban bencana, dimana mereka mengalami peristiwa negatif berupa bencana alam yang menyebabkan berbagai kerugian yang dirasakan baik secara finansial seperti kehilangan rumah, sawah dan pekerjaan bahkan bencana yang terjadi membuat mereka kehilangan anggota keluarga (Mao & Agyapong, 2021). Hal ini sesuai dengan yang disebutkan Zaleski (1996) bahwa pengalaman pribadi individu dan kejadian saat ini dimana kesulitan dan kekhawatiran yang dirasakan setelah terjadinya bencana dapat mendasari munculnya *future anxiety* pada individu. Penelitian yang dilakukan Bonanno dkk., (2010) menyebutkan bahwa individu yang mengalami atau memiliki pengalaman trauma seperti bencana alam, konflik sosial atau kehilangan orang yang dicintai cenderung untuk memiliki kecemasan yang intens terhadap masa depan. Hal ini

mungkin saja terjadi karena pengalaman yang buruk dapat mempengaruhi persepsi mereka mengenai masa depan yang aman.

Objek kecemasan masa depan adalah peristiwa yang dapat mengancam masa depan pribadi seseorang, yaitu peristiwa yang relevan secara sosial seperti perang, pandemi atau bencana alam, atau peristiwa yang relevan secara pribadi, seperti masalah kesehatan atau kehilangan orang yang dicintai (Votmer & Salisch, 2023). Hal ini juga yang dirasakan masyarakat terdampak bencana dimana pengalaman yang mengancam yang terjadi membuat mereka cemas dengan masa yang akan datang. Pemikiran terhadap perubahan yang sebagian besar merugikan di masa depan tidak hanya memengaruhi orang dewasa tetapi juga memengaruhi sikap, keputusan, dan perilaku anak-anak dan remaja dengan menurunkan harapan mereka terhadap hasil positif dari tindakan mereka atau dengan menghindari pemikiran tentang masa depan. Orang dengan pola pikir ini cenderung tidak mengenali peluang karena mereka disibukkan dengan risiko (Zaleski, 1996). Bencana alam yang terjadi menyebabkan berbagai dampak sehingga memungkinkan munculnya *future anxiety* atau kecemasan terhadap masa depan pada korban bencana.

Kecemasan terhadap masa depan memiliki berbagai dampak terhadap kehidupan individu. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Kastner dkk., (2022) didapatkan bahwa *future anxiety* dapat mempengaruhi kualitas hidup individu. *Future anxiety* juga memiliki dampak yang buruk terhadap kesejahteraan psikologis individu (Callista & Basaria, 2023). Individu yang memiliki *future anxiety* juga mungkin untuk memiliki perilaku penghindaran atau

penarikan diri dari lingkungan sosial mereka (Lim dkk., 2016). Kemudian kecemasan terhadap masa depan (*future anxiety*) juga memengaruhi kognitif individu dimana hal ini dapat menimbulkan pikiran negatif terhadap diri sendiri maupun orang lain (Kayis dkk., 2022). *Future anxiety* juga dapat memengaruhi perilaku tidur, penelitian Christianto dan Rostiana (2024) menyebutkan bahwa *future anxiety* memengaruhi perilaku menunda tidur seseorang. Remaja yang memiliki *future anxiety* diprediksi memiliki gejala depresi pada usia 35 atau 45 tahun nanti (Allemand dkk., 2022).

Berdasarkan hasil wawancara dan *screening* yang dilakukan. Masyarakat yang terdampak bencana banjir lahar dingin di Nagari Bukik Batabuah, memiliki berbagai keluhan baik cemas dan khawatir dengan kondisi lingkungan, mengenai pekerjaan mereka kedepan dan bagaimana kelangsungan mereka disana. Jika hal ini dibiarkan dapat mengganggu dan memengaruhi kehidupan mereka kedepannya dan mungkin saja terdapat gangguan kesehatan mental lainnya. Terdapat beberapa penelitian mengenai *future anxiety* pada penyintas pandemi Covid-19. Pada penelitian di lakukan pada kelompok usia 18-74 tahun, didapatkan bahwa pandemi Covid-19 dapat meningkatkan kecemasan di masa yang akan datang (*Future anxiety*) dan hal ini juga dapat mempengaruhi kesehatan para penyintas pandemi Covid-19 (Duplaga & Grysztar, 2021). Sejauh ini penelitian mengenai *future anxiety* pada korban bencana masih minim ditemukan. Terdapat satu penelitian pada korban bencana dilakukan oleh Kartol dkk., (2023) pada individu dewasa korban bencana gempa di Turki, menyebutkan bahwa respondennya memiliki tingkat *future anxiety* yang tinggi setelah gempa bumi yang terjadi.

Sejauh ini di Indonesia masih belum ditemukan penelitian mengenai *future anxiety* yang dilakukan kepada korban terdampak bencana alam.

Peneliti mengangkat topik ini dikarenakan adanya fenomena yang ditemukan pada saat melakukan survei dan wawancara kepada masyarakat Nagari Bukik Batabuah yang terdampak bencana. Kecemasan masyarakat terkait masa depan (*future anxiety*), bagaimana kelangsungan hidup mereka kedepannya terkait bencana yang mereka rasakan. Penelitian mengenai *future anxiety* pada korban terdampak bencana masih belum ditemukan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran *future anxiety* pada masyarakat di Nagari Bukik Batabuah pasca bencana”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan penelitian ini adalah “Seperti apa gambaran *future anxiety* pada masyarakat di Nagari Bukik Batabuah pasca bencana ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *future anxiety* pada masyarakat di Nagari Bukik Batabuah pasca bencana.

1.4 Manfaat Penelitian

Sehubung dengan tujuan penelitian tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak. Manfaat penelitian ini sebagai berikut:

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi baik berupa teori di bidang psikologi klinis dan kebencanaan mengenai *future anxiety* pada korban bencana.

b. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat yang terdampak bencana. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi lembaga-lembaga yang berkaitan untuk mengevaluasi tindakan yang dapat diberikan untuk menangani hal yang terjadi pada masyarakat Nagari Bukik Batabuah.

