

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan salah satu negara rawan bencana alam. Secara geografis, Indonesia terletak di antara tiga lempeng tektonik paling aktif di dunia, yang masing-masing memiliki pola pergerakan berbeda, baik itu saling menjauh maupun mendekat dengan kecepatan yang bervariasi. Aktivitas lempeng ini menyebabkan Indonesia menjadi wilayah yang rawan terhadap berbagai jenis bencana alam (Harijoko., 2021). Menurut data *World Risk Index* tahun 2023, Indonesia menempati peringkat kedua sebagai negara paling rentan terhadap bencana (Frege dkk., 2023). Selain itu, laporan dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB, 2024) menunjukkan adanya peningkatan frekuensi bencana di Indonesia dalam beberapa tahun terakhir, dengan total 3.544 kejadian pada tahun 2022 yang meningkat menjadi 5.400 kejadian pada tahun 2023.

Sumatera Barat termasuk salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki tingkat kerawanan bencana yang tinggi. Hal ini dikarenakan wilayah Sumatera Barat berada pada patahan Semangko, tempat bertemunya lempeng urasia dan Indo-Australia, sehingga Sumatera Barat rawan terhadap bencana alam khususnya gempa bumi dan tanah longsor (Perkim, 2020). Sumatera Barat menempati peringkat kelima dalam daftar sepuluh provinsi dengan jumlah bencana terbanyak di Indonesia, berdasarkan data yang dihimpun oleh BNPB melalui Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI) dari tahun 2000 hingga 2022.

Pada hari Sabtu, 11 Mei 2024, Sumatera Barat dilanda dengan bencana banjir lahar dingin (BNPB, 2024). Tingginya intensitas hujan dan berkepanjangan menurunkan material lahar dingin yang disebabkan oleh aktivitas dan erupsi gunung merapi yang telah terjadi beberapa kali. Banjir lahar dingin dapat diartikan sebagai aliran material vulkanik yang terdiri atas campuran batu, pasir, dan kerikil, yang terbawa oleh aliran air dari lereng gunung, khususnya gunung berapi (BPBD, 2019). Beberapa nagari di Sumatera Barat yang terdampak akibat dari bencana banjir lahar dingin ini diantaranya adalah Nagari Bukik Batabuah, Nagari Pandai Sikek, Nagari Koto Tuo, dan Nagari Andaleh.

Keempat Nagari di Sumatera barat yang terdampak bencana banjir lahar dingin mengakibatkan kerugian di berbagai aspek. Secara material, dampaknya meliputi kehilangan aset pribadi, kerusakan fasilitas umum, serta hancurnya tempat tinggal warga. Dari aspek sosial, bencana ini menyebabkan kecenderungan untuk menghindari interaksi sosial, menurunnya minat bersosialisasi, serta perubahan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam sektor pekerjaan, pendidikan, dan aktivitas rutin. Selain itu, bencana ini mengakibatkan 62 korban jiwa, 10 warga Kabupaten Tanah Datar dilaporkan hilang, dan 51 orang mengalami luka-luka (BNPB, 2024). Kemudian, kerugian psikologis yang dialami penyintas seperti ketakutan, kecemasan, hilangnya motivasi, trauma, serta gangguan emosional.

Remaja menjadi kelompok usia yang menerima dampak negatif tertinggi akibat dari bencana alam banjir lahar dingin yang terjadi di Sumatera Barat. Berdasarkan survei tim KKN MBKM Kebencanaan yang dilakukan pada Juni

2024 di empat nagari terdampak, sebanyak 36.6% masyarakat mengalami dampak psikologis akibat bencana. Dari jumlah tersebut, 16% berada dalam rentang usia dewasa hingga lansia, sementara 20.6% berasal dari kelompok remaja dan anak-anak. Data ini menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok usia yang paling terdampak secara psikis.

Survei lanjutan yang peneliti lakukan kepada remaja terdampak menunjukkan bahwa remaja mengalami berbagai dampak psikis dan mengalami keterpurukan pasca bencana. Berdasarkan survei tersebut, 80% remaja mengalami dampak psikis mencakup perasaan cemas, panik dan takut, terutama saat cuaca mendung dan hujan. 70% Remaja juga mengalami masalah emosional seperti lebih mudah menangis dan marah. 80% Remaja juga merasa terpuruk akibat dari bencana yang terjadi seperti merasa bahwa situasi tidak akan membaik karena akan terjadi bencana berulang di masa depan. 80% remaja mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan penurunan fungsionalitas kehidupan seperti mengurung diri, tidak ingin bersekolah, menghindari lokasi bencana dan lain sebagainya.

Pada beberapa kejadian bencana di tempat lain, remaja juga rentan mengalami permasalahan psikis akibat dari bencana. Nirman dkk. (2022) mengungkapkan bahwa remaja di Jawa Barat yang tinggal di daerah rawan banjir mengalami tingkat kecemasan yang tinggi serta gangguan panik. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Herdiana dan Lakoro (2022) menemukan bahwa remaja penyintas bencana di Palu juga menghadapi berbagai masalah psikososial, seperti kesedihan, duka, dan kecemasan. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Kar (2006), yang menunjukkan bahwa remaja penyintas bencana cenderung

mengalami mimpi buruk, kehilangan motivasi, serta perasaan teror pada malam hari.

Alasan remaja menerima dampak negatif pasca bencana diakibatkan beberapa faktor. Berdasarkan tahap perkembangannya, remaja berada pada tahap usia yang mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan logis, mulai mampu berspekulasi tentang sesuatu dan mempunyai pola pikir sebagai peneliti, namun kemampuan ini belum sepenuhnya matang. Secara emosional, remaja juga cenderung tidak terkendali dan tampak irrasional, mudah meledak dan sulit mengendalikan perasannya (Hurlock, 1980). Akibatnya, mereka mungkin belum mampu menghadapi situasi sulit seperti bencana dan belum mampu untuk mengatasinya dengan baik. Secara neurologis, perkembangan *prefrontal cortex* yaitu bagian otak yang mengatur pengambilan keputusan dan emosi belum terlalu optimal pada remaja. Hal ini membuat remaja cenderung lebih emosional dan kurang mampu mengelola stres atau situasi yang traumatis. (Casey dkk., 2008). Hal ini didukung oleh penelitian Maeda (2009) bahwa remaja menjadi kelompok usia yang menerima dampak negatif psikis tertinggi akibat dari bencana.

Remaja terdampak bencana menunjukkan kemampuan adaptasi dan pemulihan fungsional dalam menjalani aktivitas sehari-hari beberapa bulan pascabencana dan menunjukkan karakteristik individu yang resilien berdasarkan aspek-aspek resiliensi oleh Connor dan Davidson (2003). Perubahan kondisi yang membaik ini didapatkan melalui wawancara dan survei lanjutan yang peneliti lakukan terhadap 8 orang remaja terdampak. 87.5% remaja terdampak bencana alam sudah bisa beradaptasi dengan situasi pasca bencana, dan sudah mampu

untuk beraktivitas seperti semula. 87.5% Perasaan cemas dan takut telah menurun bahkan ketika cuaca mendung atau hujan. 75% remaja aktif secara sosial dengan lingkungan sekitar dan menjadikannya sebagai pelepas stres dan perasaan tertekan. 62.5% remaja menjadikan pengalaman bencana sebelumnya sebagai pelajaran untuk bersikap lebih waspada di masa depan walaupun dengan resiko bencana yang sama dan menganggap kejadian bencana sebagai teguran tuhan. Secara umum remaja sudah dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan fungsional.

Connor dan Davidson (2003) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk bertahan dan mengatasi situasi yang menekan dan mampu untuk bangkit atau kembali kepada kondisi semula. Remaja terdampak bencana alam tidak menyerah meskipun mengalami kejadian yang sulit, tetapi tetap berupaya bangkit dari keterpurukan pasca bencana. Mereka dapat mengurangi dampak stres dengan berinteraksi dan bermain bersama teman sebaya. Selain itu, mereka berusaha menerima perubahan yang terjadi setelah bencana serta tetap menjalin hubungan sosial yang positif. Kemampuan beradaptasi dan menjadikan pengalaman menghadapi bencana sebagai pelajaran untuk masa depan, serta tetap berdoa kepada Tuhan, mencerminkan karakteristik individu yang resilien sebagaimana dijelaskan dalam aspek-aspek resiliensi oleh Connor dan Davidson (2003).

Resiliensi menjadi kompetensi yang diperlukan bagi remaja terdampak bencana alam untuk menghadapi situasi pasca bencana. Syarrizaldi dkk. (2023) menjelaskan bahwa dampak negatif pascabencana menjadi faktor risiko dan

menuntut remaja untuk membangun resiliensi dalam menghadapi situasi yang tidak diharapkan. Kondisi pasca bencana yang berubah, menjadi sebuah tantangan, dan resiliensi menjadi kompetensi psikologis yang dibutuhkan dan penting untuk dimiliki individu agar mencapai tugas perkembangan manusia yang sehat secara mental (Hendriani, 2018). Resiliensi pada remaja yang tinggal di daerah rawan bencana akan mendorong kemampuan yang dimiliki remaja untuk dapat beradaptasi dan kembali kepada kondisi sebelum terjadinya bencana atau berada pada kondisi yang lebih baik, sehingga ketika dihadapkan kembali dengan bencana, remaja mampu untuk menghadapi situasi tersebut dengan pengalaman dari bencana sebelumnya (Mailani dkk., 2022).

Resiliensi pada remaja terdampak bencana alam memiliki peranan penting untuk keberlangsungan kehidupan pasca bencana, seperti mengurangi kecemasan, dan menunjang kondisi hidup yang lebih baik pasca bencana. Penelitian yang dilakukan oleh Güler dkk. (2024) menunjukkan bahwa resiliensi memiliki korelasi negatif dengan tingkat kecemasan pasca gempa, yang berarti individu dengan tingkat resiliensi tinggi cenderung mengalami kecemasan yang lebih rendah, dan sebaliknya. Selain itu, penelitian Yuan dkk. (2018) mengungkapkan bahwa resiliensi pada remaja mendorong perubahan hidup yang positif sebagai hasil dari perjuangan mereka dalam menghadapi peristiwa sulit, termasuk bencana alam. Temuan lain dari penelitian Güler dkk. (2024) juga menunjukkan bahwa resiliensi berkontribusi pada peningkatan emosi positif dan kebahagiaan hidup pasca bencana.

Menurut Grotberg (1995) terdapat beberapa faktor yang membangun resiliensi individu. Faktor-faktor tersebut antara lain *I Have*, *I Am*, dan *I Can*. Faktor *I Have* adalah dukungan dan sumber daya eksternal yang meningkatkan resiliensi. Dukungan dan sumber daya eksternal akan membentuk rasa aman yang menjadi inti pembangunan resiliensi. *I am* merujuk kepada kekuatan internal dan pribadi yang mencakup perasaan, sikap dan keyakinan dalam diri. *I can* adalah kemampuan sosial dan interpersonal yang dipelajari melalui interaksi dengan orang lain dan dari orang yang mengajari mereka.

Faktor *I Have* merupakan sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diterima oleh individu (Desmita, 2009). Menurut Weiss (dalam Cutrona & Russell, 1987), dukungan sosial merupakan bantuan yang didapatkan individu dari relasi yang dibangun dengan orang lain dan merujuk kepada bantuan yang dapat diandalkan, bimbingan, penghargaan, perasaan dibutuhkan, integrasi sosial serta kelekatan emosional yang tersedia dan dirasakan individu. Keenam ketentuan yang diusungkan oleh Weiss diperlukan untuk kesejahteraan individu (Cutrona, 1984). Aliansi yang dapat diandalkan, yang berasal dari hubungan di mana orang tersebut dapat mengandalkan orang lain untuk mendapatkan bantuan yang nyata dalam keadaan apa pun. Kelekatan emosional yang dirasakan membuat orang tersebut menerima rasa aman dan terlindungi. Integrasi sosial, yang disediakan oleh jaringan hubungan di mana individu berbagi minat dan perhatian. Kesempatan untuk pengasuhan, yang berasal dari hubungan di mana orang tersebut bertanggung jawab atas kesejahteraan orang lain, penghargaan yang disediakan oleh hubungan di mana

keterampilan dan kemampuan orang tersebut diakui dan bimbingan yang diberikan oleh hubungan dengan individu yang dapat memberikan nasihat.

Jannah dan Rohmatun (2020) menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki peranan penting yang berkaitan dengan resiliensi seseorang. Pentingnya dukungan sosial sebagai faktor pembentuk resiliensi pada individu didukung dengan hasil wawancara yang telah penelitian lakukan kepada tiga remaja terdampak bencana alam. Remaja mengungkapkan bahwa dukungan sosial yang didapat dari orang sekitar dan teman sebaya telah membantu mereka untuk bertahan dari keterpurukan akibat bencana. Nasihat yang diterima dari orang sekitar memberikan pandangan positif bagi mereka. Mereka juga dapat bercerita untuk menyalurkan perasaan tertekan, sekaligus mengalihkan pikiran negatif ketika berkumpul bersama, dengan berkumpul dan bercerita remaja merasa tidak sendirian sehingga mereka lebih mampu untuk bangkit setelah kondisi menekan yang mereka alami.

Dukungan sosial yang didapatkan oleh individu akan membantu mereka menghadapi situasi yang sulit dan mengembangkan resiliensi. Individu yang merasakan dukungan sosial dari lingkungan, akan membuatnya merasa segala sesuatu menjadi lebih mudah, terutama ketika berada dalam situasi yang menegangkan, termasuk ketika dihadapkan dengan pengalaman menghadapi bencana (Jannah & Rohmatun, 2020). Dukungan sosial yang diterima oleh korban seperti dorongan positif, semangat, perhatian, bantuan, dan penghargaan serta kasih sayang akan membuat korban merasa dicintai, dihargai dan diperhatikan oleh orang disekitarnya. Jika korban dihargai dan diterima secara positif, maka

korban juga akan cenderung mengembangkan sikap positif terhadap diri sendiri dan bisa menghargai dirinya sendiri, sehingga korban mampu untuk bangkit dari kondisi dan situasi yang menekan (Setiawan & Pratitis, 2015). Dengan demikian, individu dapat menjadi resilien pada situasi yang tidak diharapkan.

Berbagai penelitian telah membuktikan keterkaitan antara dukungan sosial dan resiliensi dalam konteks bencana. Lestari (2007) menemukan bahwa berbagai bentuk dukungan sosial berhubungan dengan tingkat resiliensi pada penyintas bencana berusia 20-60 tahun. Tampi dkk. (2013) juga menunjukkan hubungan serupa pada penyintas bencana yang sudah bekerja. Setiawan dan Pratitis (2015) mengungkapkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan dengan resiliensi pada korban bencana berusia 20-40 tahun. Hasil serupa ditemukan oleh Jannah dan Rohmatun (2020), yang menunjukkan korelasi positif signifikan antara dukungan sosial dan resiliensi pada korban banjir berusia 20-70 tahun. Selain itu, Purnama dan Romlah (2021) menegaskan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan resiliensi pada korban tsunami di Desa Waymuli, Lampung Selatan. Secara keseluruhan, penelitian-penelitian tersebut berfokus pada subjek dengan rentang usia 20-70 tahun.

Berbagai studi sebelumnya telah membahas hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi dalam konteks bencana. Namun, berdasarkan penelusuran penulis, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik menyoroti keterkaitan antara kedua variabel tersebut pada penyintas bencana alam dari kalangan remaja. Padahal, remaja memiliki ciri khas perkembangan dan dinamika psikologis yang berbeda dibandingkan kelompok usia dewasa yang umumnya menjadi fokus

penelitian. Dengan demikian, kajian yang secara khusus berfokus kepada remaja diperlukan untuk mengisi kekosongan ini. Selain itu, peneliti juga belum menemukan studi yang membahas hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada penyintas bencana alam di wilayah Sumatera Barat. Padahal, budaya lokal diketahui dapat memengaruhi tingkat resiliensi individu dalam menghadapi bencana. Fitri (2014) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa budaya Minangkabau memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi dan kesiapsiagaan bencana pada masyarakat di Sumatera Barat. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi pada remaja yang terdampak bencana alam banjir lahar dingin di Sumatera Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan fenomena yang dijelaskan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja terdampak bencana alam banjir lahar dingin di Sumatera Barat?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan pelaksanaan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja terdampak bencana alam banjir lahar dingin di Sumatera Barat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam memperluas cakupan subjek penelitian, mengingat sejauh yang diketahui peneliti,

kajian mengenai hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi belum dilakukan pada remaja yang terdampak bencana. Sehingga diharapkan penelitian ini mampu memberikan wawasan baru mengenai hubungan dukungan sosial dengan resiliensi pada remaja terdampak bencana alam di Sumatera Barat.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a) Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi kepada masyarakat umum, terlebih kepada relawan ataupun pihak yang ingin membantu remaja korban bencana banjir lahar dingin di Sumatera Barat dari sisi psikologis, dengan bantuan dukungan sosial.
- b) Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pedoman ataupun acuan tambahan bagi peneliti lain yang ingin meneliti mengenai hubungan dukungan sosial dan resiliensi pada remaja terdampak bencana banjir lahar dingin di Sumatera Barat.

