

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang sangat rentan terhadap bencana alam. Berdasarkan data yang diperoleh dari *World Risk Index* (WRI) tahun 2024, Indonesia menduduki peringkat kedua dari 193 negara sebagai negara paling rawan terkena bencana di dunia (Monalia & Noorratri, 2024). Kondisi ini tidak terlepas dari posisi Indonesia yang secara geografis diapit oleh dua samudra dan dua benua, serta dilalui oleh garis khatulistiwa. Dari wilayah timur hingga barat, Indonesia dikelilingi oleh gunung api aktif karena posisinya yang berada di jalur cincin api pasifik (*ring of fire*). Selain itu, Indonesia juga berada di wilayah tektonik aktif karena berada di pertemuan tiga lempeng besar, yaitu Lempeng Eurasia, Lempeng Indo-Australia, dan Lempeng Pasifik yang menyebabkan Indonesia rawan bencana seperti gempa bumi, letusan gunung berapi, banjir dan tsunami (Yulianto, 2021).

Beberapa tahun terakhir Indonesia sering mengalami bencana alam. Menurut Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB, 2024), jumlah rata-rata bencana yang terjadi di Indonesia selama lima tahun terakhir mencapai 4.094 kasus. Data terbaru tahun 2023 tercatat 5.400 kejadian bencana alam di Indonesia, yang didominasi oleh kebakaran hutan dan lahan 2.052 kejadian, disusul oleh bencana banjir, banjir bandang dan banjir rob sebanyak 1.255 kejadian, serta kekeringan 1.011 kejadian. Selanjutnya, tanah longsor 591 kejadian, cuaca ekstrem 456 kejadian, gempa bumi 31 kejadian dan erupsi gunung api 4 kejadian (BNPB, 2024).

Sumatera Barat menjadi salah satu wilayah di Indonesia yang rawan terhadap bencana alam. Menurut DIBI (Data Informasi Bencana Indonesia) tahun 2022, wilayah ini dilaporkan sering mengalami bencana hidrometeorologi seperti banjir, banjir bandang, tanah longsor dan angin kencang. Hal ini disebabkan karena kondisi topografi wilayah Sumatera Barat yang bervariasi yang terdiri dari dataran rendah, dataran tinggi, bukit-bukit yang menjulang tinggi serta beberapa sungai yang berarus tinggi. Selain itu, wilayah berada pada bagian barat tengah pulau Sumatera dan berbatasan langsung dengan Samudera Hindia serta dilalui oleh angin monsun barat laut dan tenggara yang menyebabkan intensitas hujan berkisar dari sedang hingga ekstrem (Karimah dkk., 2024).

Beberapa wilayah di Sumatera Barat baru saja mengalami peristiwa bencana banjir bandang atau yang dikenal juga oleh masyarakat sebagai *galodo*. Bencana ini terjadi sejak hari rabu malam, tanggal 26 November 2025. *Galodo* disebabkan oleh intensitas curah hujan yang cukup tinggi yang mengguyur kawasan hulu di Gunung Singgalang membuat air sungai Tuhua meluap dan membawa berbagai material kayu, batu, pasir dan rumpun bambu ke rumah warga di kaki Gunung Singgalang (Ismail, 2025; Zuhendri 2024). Salah satu daerah yang terdampak oleh bencana *galodo* adalah Kabupaten Agam tepatnya di Nagari Koto Tuo, Kecamatan IV Koto.

Bencana *galodo* yang terjadi saat ini bukanlah peristiwa pertama, mengingat pada tahun 2024 bencana serupa telah melanda beberapa wilayah di Nagari Koto Tuo. Bencana ini menyebabkan berbagai kerusakan, seperti hancurnya berbagai bangunan rumah, sekolah, kendaraan dan lahan pertanian. Kemudian, terdapat

dampak fisik pada individu yang mengacu pada masalah kesehatan seperti, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), kelelahan, demam, insomnia, diare dan penyakit kulit (Christian dkk, 2023; Afni, 2018). Selain itu, bencana juga berdampak pada kondisi psikologis masyarakat. Berdasarkan hasil wawancara dan survei yang telah dilakukan oleh anggota KKN MBKM di Nagari Koto Tuo pada tanggal 8-12 Juni 2024, ditemukan sekitar (70%) dari 39 orang dewasa mengalami perasaan was-was, khawatir, dan ketakutan serta kesulitan tidur saat hujan turun. Korban juga melaporkan bahwa mereka tidak tertarik berkomunikasi dengan orang lain, mudah marah, mudah tersinggung dan sulit untuk fokus.

Menghadapi dampak bencana yang nyata dan realitas bahwa daerah mereka berada di zona rawan bencana, masyarakat perlu mempersiapkan diri untuk menghadapi bencana yang mungkin akan kembali terjadi. Kesiapsiagaan merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak bencana baik secara fisik maupun psikologis. Adanya kesiapsiagaan membantu masyarakat memahami dan memperhatikan daerah mereka yang rawan bencana dan merencanakan tindakan yang akan dilakukan ketika terjadi bencana (Taryana dkk, 2022; Cahyo dkk., 2023). Kesiapsiagaan tidak hanya berfokus pada persiapan secara fisik namun juga secara psikologis. Kesiapsiagaan psikologis menjadi bagian penting dari kesiapsiagaan untuk mempersiapkan individu menghadapi stres emosional yang mungkin muncul akibat bencana (Zulch, 2019).

Kesiapsiagaan psikologis merupakan suatu keadaan kesadaran, antisipasi dan kesiapan psikologis untuk mengelola respon dalam situasi tak terduga (Zulch, 2019). Kesiapsiagaan psikologis membantu individu dalam mengenali dan

memahami emosi yang mereka rasakan, serta mengatur respon emosional secara efektif dan membentuk strategi koping yang lebih adaptif (Zulch, 2019; Malkina-Pykh & Pykh, 2013). Individu yang memiliki kesiapsiagaan psikologis yang tinggi akan mampu berpikir dengan tenang dan rasional yang dapat mengurangi risiko terjadinya kerusakan yang parah dan kehilangan nyawa saat terjadinya bencana alam (Grant, 2018).

Peran kesiapsiagaan psikologis sangat penting dalam setiap tahapan bencana mulai dari pra, saat, hingga pasca bencana terjadi. Pada fase prabencana, individu membangun kesiapsiagaan psikologis melalui perencanaan upaya antisipasi, dan pemahaman terhadap potensi risiko bencana (Boylan & Lawrence, 2020). Pada saat bencana berlangsung, kesiapsiagaan psikologis memainkan peran penting dalam membantu individu mengelola stres dan emosi mereka secara efektif (Zulch, 2019). Kemudian pada fase pasca bencana, kesiapsiagaan psikologis yang baik secara efektif meningkatkan strategi koping adaptif untuk menghadapi bencana (Morrissey & Reser, 2003). Hal ini membantu individu agar lebih mudah beradaptasi dan menerima kenyataan, serta memungkinkan proses pemulihan lebih cepat dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki kesiapsiagaan psikologis yang baik (Zulch, 2019; Ronan & Johnson, 2005).

Kesiapsiagaan psikologis merupakan hal yang perlu diperhatikan pada semua kalangan masyarakat untuk menurunkan risiko bencana, salah satunya pada individu usia dewasa awal. Penelitian oleh Potter (dalam Zuliani & Hariyanto, 2021) mengungkapkan bahwa usia dewasa awal memiliki pengalaman dan kemampuan yang lebih dibandingkan dengan kelompok usia lainnya dalam hal penanggulangan

bencana. Pada fase perkembangan ini, individu umumnya menunjukkan kematangan kognitif yang lebih tinggi sehingga dapat membuat keputusan secara lebih rasional dan dapat menggunakannya untuk kepentingan pribadi maupun masyarakat (Hurlock, 1980). Hal ini membuat individu dewasa awal sering dilibatkan dalam peran dan tanggung jawab untuk memahami bagaimana cara mempersiapkan diri secara psikologis menghadapi ancaman bencana, mengelola respon psikologis, serta mengambil tindakan yang tepat saat menghadapi bencana dengan mempertimbangkan keselamatan diri sendiri dan masyarakat (Cahyani & Triyono, 2025; Zulch, 2019).

Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa kesiapsiagaan psikologis masyarakat masih tergolong rendah, terutama pada daerah rawan bencana. Penelitian oleh Fa'uni dan Diana (2021) menjelaskan bahwa sekitar 86,5% masyarakat yang tinggal di wilayah bencana memiliki skor kesiapsiagaan psikologis kategori rendah dan sedang. Studi lain yang dilakukan Rohmi (2016) pada masyarakat di daerah rawan bencana banjir Desa Sitarjo memperoleh hasil kesiapsiagaan psikologis terhadap bencana yang masih rendah. Hal ini disebabkan karena masyarakat kurang memahami beberapa aspek yang perlu dipersiapkan saat bencana terjadi, serta kelemahan mereka dalam mencari dan menerima informasi tentang bencana dengan baik. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Qurrotu (2025) memperoleh hasil yang berbeda, dimana penelitian yang dilakukan di Nagari Koto Tuo menunjukkan hasil kesiapsiagaan psikologis yang sangat tinggi.

Perbedaan hasil kesiapsiagaan ini disebabkan oleh karakteristik masyarakat dalam menghadapi bencana. Pada penelitian Rohmi (2016) terlihat masyarakat

Desa Sitiardjo cenderung pasrah dan tidak mempersiapkan koping diri menghadapi bencana. Sedangkan, Qurrotu (2025) menjelaskan bahwa di Nagari Koto Tuo masyarakat memahami dampak bencana dan mengantisipasi kejadian bencana. Masyarakat mulai mengikuti berbagai kegiatan pelatihan dan simulasi bencana yang diadakan, sebagian masyarakat juga ikut dalam pemetaan jalur evakuasi dan titik kumpul evakuasi. Selain itu, masyarakat menerima dengan positif perubahan yang terjadi di lingkungan dan membangun hubungan yang baik dengan keluarga dan tetangga untuk saling menenangkan saat situasi genting. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Koto Tuo memiliki ketahanan diri dalam menghadapi bencana. Penelitian Legionosuko dkk., (2019) menjelaskan bahwa ketahanan diri masyarakat mempengaruhi tindakan yang akan dilakukan pada situasi bencana serta mampu mengurangi resiko bencana yang dapat ditimbulkan.

Perilaku kesiapsiagaan di Nagari Koto Tuo juga dipengaruhi oleh bagaimana masyarakat mampu beradaptasi setelah kejadian bencana. Masyarakat yang terdampak bencana awalnya merasa sangat sedih dengan apa yang mereka alami, tetapi mereka meyakini bahwa bencana yang terjadi merupakan kehendak Tuhan. Mereka juga mampu mengelola emosi negatif dengan mengikuti berbagai kegiatan yang membangkitkan semangat seperti kegiatan senam bersama, pelatihan, mengikuti pengajian dan kegiatan PKK. Kemampuan individu untuk bangkit kembali dari peristiwa trauma yang pernah dialami, diterima sebagai stimulus yang memberikan pengalaman dan proses pembelajaran yang bermanfaat (Pattipeilohy dkk., 2019; Rinaldi, 2010).

Ketahanan diri masyarakat dalam mengantisipasi keadaan darurat, bangkit kembali dan beradaptasi dengan keadaan bencana dikenal dengan istilah resiliensi. Resiliensi diartikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk bangkit dari kesulitan, serta mampu beradaptasi dan berkembang dalam menghadapi situasi penuh tantangan (Connor & Davidson, 2003). Resiliensi dibutuhkan agar individu dapat melewati masa sulit seperti bencana dan mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik (Satria & Sari, 2017). Individu menyadari bahwa kejadian yang mereka alami merupakan suatu tantangan, sehingga ketika menghadapi ancaman bencana mereka akan terus bangkit dan beradaptasi dengan keadaan meskipun terasa sulit. Beberapa penelitian juga telah membuktikan bahwa resiliensi menjadi kunci bagi seseorang untuk bertahan dan bangkit setelah mengalami bencana, beradaptasi dengan situasi yang berubah dan mengatasi hal-hal yang dapat memicu stres serta mampu menjalani kehidupan yang lebih baik (Palupi & Himawan, 2020; Satria & Sari, 2017; Lubis dkk, 2024).

Resiliensi merupakan indikator keberlanjutan kehidupan individu dalam situasi yang menyulitkan seperti bencana alam (Pattipeilohy dkk., 2019). Resiliensi bertindak sebagai fondasi untuk membantu individu pulih dari trauma dan beradaptasi dengan lingkungan yang berisiko terjadinya bencana. Tingkat resiliensi mencerminkan seberapa baik individu dapat beradaptasi, mendapatkan pemahaman dan menyerap perubahan sehingga dapat bertahan menghadapi ancaman bencana (Kurniawati & Kurniajati, 2025). Selain itu, resiliensi menjadi salah satu perlindungan diri yang membantu membentuk pola pikir optimis dan keyakinan diri

sehingga individu percaya bahwa mereka mampu menghadapi bencana yang akan datang (Gandhi dkk., 2021).

Resiliensi memiliki peran penting pada kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana. Dijelaskan bahwa resiliensi menjadi sumber daya internal untuk menciptakan dan mempertahankan kesiapsiagaan psikologis secara konsisten (Paton dkk., 2008). Reivich dan Shatte (2002) menjelaskan bahwa semakin besar ketahanan diri individu untuk menyelesaikan masalah dan mengatasi stres, semakin tinggi juga kesiapsiagaan psikologis individu. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mengembangkan pertumbuhan kognitif dan emosional yang positif sehingga mampu mempersiapkan diri untuk menghadapi situasi bencana (Setiawicaksana & Fitriani, 2021). Adanya resiliensi dan kesiapsiagaan psikologis dapat membantu individu untuk meningkatkan faktor perlindungan seperti strategi penanggulangan, locus kendali internal dan keterampilan sosial terhadap kejadian yang penuh tekanan dan traumatis (Said dkk., 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis. Studi yang dilakukan oleh Palupi dan Himawan (2020) pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Airlangga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis terhadap bencana. Penelitian lain juga menjelaskan bahwa resiliensi berkorelasi signifikan dengan kesiapsiagaan psikologis pada staf Universitas Palestina selama pandemi COVID-19 (Said dkk., 2024). Mishra dan Mazumdar (2015) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa resiliensi

meningkatkan kemampuan individu dan komunitas dalam merespons bencana serta kecepatan mereka dalam pulih dan kembali ke kehidupan normal.

Berbagai penelitian yang dijabarkan sebelumnya telah menjelaskan hubungan antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis dalam konteks kebencanaan. Namun, fokus penelitian tersebut lebih banyak pada mahasiswa, staf universitas dan perawat. Berdasarkan penelusuran penulis belum menemukan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan resiliensi dan kesiapsiagaan psikologis pada individu usia dewasa awal yang tinggal di daerah rawan bencana. Individu dewasa awal merupakan salah satu kelompok yang terdampak bencana dan memiliki peran penting dalam masyarakat untuk pengambilan keputusan serta perlindungan keluarga dan komunitas, sehingga perlu memahami kesiapsiagaan psikologis, dimana resiliensi merupakan salah satu faktor yang membantu meningkatkan kesiapsiagaan psikologis (Ameruddin dkk., 2023; Zulch, 2021). Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian terkait hubungan antara resiliensi dan kesiapsiagaan psikologis pada masyarakat dewasa awal yang terdampak bencana banjir bandang di Nagari Koto Tuo, Kabupaten Agam. Penelitian ini penting dilakukan karena akan memperoleh informasi tentang keterkaitan resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis sehingga informasi yang diperoleh dapat ditujukan untuk meningkatkan kesiapsiagaan psikologis dan resiliensi pada daerah rawan bencana salah satunya Nagari Koto Tuo, Kabupaten Agam yang belum dipastikan aman dari bencana terkhusus bencana alam banjir bandang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis pada orang dewasa awal di daerah rawan bencana banjir bandang Nagari Koto Tuo Kabupaten Agam?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diperoleh, maka tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara resiliensi dengan kesiapsiagaan psikologis pada orang dewasa awal yang terdampak bencana banjir bandang di Nagari Koto Tuo Kabupaten Agam.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi peneliti dan khalayak umum, bagi perkembangan keilmuan dari aspek teoritis dan praktis, diantaranya yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap ilmu pengetahuan di bidang psikologi, khususnya di bidang kesiapsiagaan psikologis dan resiliensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat dari segi praktis yang diharapkan peneliti terhadap beberapa pihak adalah sebagai berikut:

1. Bagi masyarakat Nagari Koto Tuo, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait gambaran resiliensi yang dapat meningkatkan kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana.
2. Bagi profesional kesehatan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi penunjang informasi dalam merancang serta pemberian intervensi yang berkaitan dengan resiliensi dan kesiapsiagaan psikologis masyarakat dalam menghadapi bencana.
3. Bagi Badan Nasional Penanggulangan Bencana Daerah, instansi, organisasi, serta komunitas terkait bencana alam, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi serta pedoman dalam melakukan penanganan maupun sosialisasi terhadap masyarakat di daerah berpotensi bencana alam.

