

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu negara kepulauan terbesar di dunia. Secara geologi, Indonesia adalah negara yang terletak pada pertemuan tiga lempeng tektonik yaitu lempeng Benua Asia, lempeng Indo-Australia, serta lempeng Eurasia dan Samudera Pasifik (Amri, dkk 2006), wilayah ini dikenal dengan jalur cincin api pasifik (*Pacific Ring of Fire*), (Latif, Rifa', & Suryolelono, 2016). Apabila salah satu dari lempeng tersebut bergerak, maka terjadi letusan gunung api, gempa bumi, dan tsunami di Indonesia (CFE-DMHA, 2015). Tahun 2014, *Center for Research the Epidemiology of Disaster* (CRED) mempublikasikan laporan bencana tahun 2016 dijelaskan bahwa negara Indonesia termasuk dalam lima besar negara yang paling rawan bencana di dunia (Below, Wirtz, dan Guha- Sapir, 2009).

Posisi wilayah Indonesia yang berada di garis khatulistiwa dan berbentuk kepulauan menimbulkan potensi tinggi terjadinya berbagai jenis bencana, baik yang berskala kecil maupun bencana yang berskala besar. Bencana dalam skala besar adalah bencana yang membutuhkan bantuan secara nasional maupun internasional (UN Office for Disaster Risk Reduction, 2009). Kondisi yang dinilai berpotensi sekaligus rawan bencana adalah banjir, tanah longsor, gempa bumi, tsunami, gempa bumi dan tsunami, letusan gunung api, gelombang pasang atau abrasi, puting beliung, kekeringan, dan kebakaran hutan dan lahan (Badan Nasional Penanggulangan Bencana, 2011).

Berdasarkan Undang- Undang Republik Indonesia No. 24 Tahun 2007 disebutkan bahwa bencana alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor. Bencana merupakan suatu peristiwa yang sangat ditakuti oleh dunia. Bencana alam yang ditakuti tersebut menimbulkan banyak dampak negatif bagi kelangsungan hidup masyarakat, diantaranya adalah hilangnya harta benda, korban jiwa dalam jumlah banyak, kerusakan lingkungan, dan terganggunya fungsi psikologis.

Data yang diperoleh dari tahun 2009-2019 dampak yang ditimbulkan dari kejadian bencana tersebut sangat besar. Tercatat 11.584 orang meninggal dunia dan hilang, 74.865 orang luka-luka, 33.637.687 jiwa mengungsi dan terdampak bencana, 46.616 rumah rusak berat, 102.203 rumah rusak sedang, 805.612 rumah rusak ringan, dan puluhan ribu fasilitas umum rusak (Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI)-BNPB, 2019).

Banyaknya kejadian bencana alam di Indonesia tidak hanya merusak lingkungan dan menelan korban jiwa. Namun, kejadian bencana alam juga berdampak pada keseimbangan kondisi psikologis dalam jangka waktu yang cukup panjang sehingga berpengaruh pada ketentraman psikologis penyintas bencana dalam beraktivitas sehari-hari (Davidson & Mcfarlane, 2006; Fullerton & Ursano, 2005). Sebagian dari penyintas bencana juga akan kehilangan sebagian anggota keluarga dan mengalami gangguan psikologis yang serius dalam jangka waktu yang cukup lama.

Fullerton dan Ursano (2005) menyatakan bahwa gangguan psikologis yang dapat ditemukan pada penyintas bencana, seperti gangguan stres pasca trauma, gangguan stres akut, dan depresi yang berkaitan dengan trauma.

Melihat besarnya dampak yang ditimbulkan baik secara fisik maupun psikologis pada penyintas bencana, maka bantuan dari pihak luar sangat dibutuhkan salah satunya adalah kehadiran para relawan. Relawan penanggulangan bencana (*disaster volunteers*) memiliki peran penting dalam memberikan bantuan dan mengatasi masalah pada kejadian tersebut. Schroeder, Penner, Dovidio, dan Pillavin (1995) berpendapat, relawan adalah seseorang yang menyumbangkan tenaga, kemampuan dan waktunya tanpa mengharapkan upah atau keuntungan materi dari organisasi pelayanan suatu kegiatan secara formal.

Di Indonesia, Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 17 Tahun 2011, tentang Pedoman Relawan Penanggulangan Bencana menyebutkan bahwa relawan merupakan seorang atau sekelompok orang yang memiliki kemampuan dan kepedulian untuk bekerja secara sukarela dan ikhlas dalam upaya penanggulangan bencana. Adapun orang yang bisa menjadi relawan adalah semua warga yang secara ikhlas tanpa membeda-bedakan derajat, jenis kelamin dan status sosial bersedia mengabdikan dirinya tanpa mengharapkan pamrih (Halimah & Widuri, 2012). Relawan berperan untuk mencari, menyelamatkan, dan mengevakuasi penyintas bencana, baik saat tidak terjadi bencana, tanggap bencana, saat terjadi bencana, dan saat pasca bencana (Indonesia, 2007).

Pada kondisi bencana tersebut, relawan kerap meninggalkan pekerjaannya demi melaksanakan peran sebagai relawan, mulai dari pra bencana, tanggap darurat (bencana) sampai pasca bencana tanpa berharap dan mendapatkan gaji. Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Henry, Kepala Bidang Pencegahan dan Kesiapsiagaan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kota Padang 2019, relawan memiliki lima darma (tindakan) dalam upaya penanggulangan bencana yaitu, mandiri, professional, solidaritas, sinergi, dan akuntabel. Oleh karena itu, kewajiban seorang relawan untuk mampu melakukan kegiatan, mentaati peraturan, menjunjung tinggi asas, prinsip, dan panca darma, mempunyai keterampilan, meningkatkan kapasitas, pengetahuan, keterampilan, dan menyediakan waktu untuk melaksanakan tugas kemanusiaan.

Ketika terjadi bencana alam, para relawan menghabiskan waktu yang panjang di lokasi bencana, mengorbankan pekerjaan, waktu, sehingga resiko menjadi seorang relawan cukuplah besar (Halimah & Widuri, 2012). Relawan yang bertugas di lokasi bencana akan menghadapi kondisi sulit dalam menangani bencana seperti kurangnya peralatan yang dibekali untuk relawan, penanganan kesehatan yang tidak lancar, dan dukungan kebutuhan logistik yang tidak tepat pada sarannya (Lembaga Penanggulangan Bencana Pimpinan Pusat Muhammadiyah, 2012). Berdasarkan hasil wawancara dengan seorang relawan Indonesia, Adi Thio Anugrah (2020) menjelaskan bahwa dari setiap bencana alam yang terjadi, para relawan akan selalu mengalami kesulitan dalam membantu menanggulangi bencana. Kesulitan yang dihadapi tersebut

pada saat di lokasi bencana adalah susahnya akses untuk menuju ke lokasi bencana baik secara akses darat maupun laut sehingga relawan harus siap mental dan fisik untuk menuju lokasi bencana. Oleh karena itu, relawan memiliki beban kerja berlebihan serta banyak kasus yang harus ditangani sehingga memberikan efek negatif pada relawan baik secara fisik maupun psikis (Halimah & Widuri, 2012).

Gangguan psikologis tidak hanya dialami oleh penyintas bencana, namun relawan pun juga emosional secara signifikan terhadap bencana serta mengalami kelelahan (Halimah & Widuri, 2012). Relawan juga menghadapi masalah serius seperti ancaman kematian baik karena efek bencana, resiko di tempat bencana dan terlalu kelelahan. Berdasarkan wawancara dengan saudara Made Eka Setiawan, relawan BASARNAS (Badan SAR Nasional) Bali (2020), di setiap bencana ada tingkat kesulitan sesuai dengan jenis bencana dan dampak yang diakibatkan. Kesulitan yang dialami selama bertugas menjadi relawan penanggulangan bencana pertama adalah pengaturan pembagian relawan yang tidak sesuai dengan waktu evakuasi yang dikoordinir oleh komandan pengendali bencana sehingga berdampak buruk pada kondisi fisik dan psikis relawan akibat beban kerja yang tidak seimbang, kesulitan kedua adalah pengaturan logistik yang tidak merata seperti kebutuhan akses untuk menuju ke lokasi bencana terbatas dan kebutuhan konsumsi serta kebutuhan kesehatan untuk penyintas tidak tercukupi memberikan dampak psikis terhadap relawan. Dapat terlihat dari penjelasan sebelumnya, para relawan merasa bertanggung jawab untuk menolong dari waktu ke waktu, proses ini berdampak pada perubahan psikis, fisik, dan kesejahteraan spiritual (Melina, Aully, & Vinaya, 2012).

Salah satu dampak yang cukup besar yang dialami oleh para relawan adalah mereka mengalami stres karena menyaksikan kondisi bencana saat berada di lapangan, bahkan merasakan langsung jika ada bencana susulan terjadi. Beberapa sumber lainnya yang dapat menimbulkan stres pada relawan adalah tuntutan fisik yang kurang menyenangkan dan nyaman, jauh dari keluarga, adanya bahaya ancaman penyakit, terkena gempa susulan, dan perasaan takut, beban kerja yang berlebihan, hilangnya privasi pribadi, dan perasaan bersalah terhadap korban (Enrenreich dan Elliot, 2004). Sumber-sumber stres mengakibatkan seorang relawan dapat terpicu untuk cemas berlebihan, stres berkepanjangan serta depresi dalam jangka waktu yang cukup lama (Enrenreich & Elliot, 2004). Meskipun demikian, para relawan berupaya untuk menemukan cara bagi diri mereka masing-masing agar mampu untuk menghadapi sumber stres tersebut dan menemukan strategi *coping* yang baik. (Siebert, 2005).

Relawan yang mampu mengelola stres secara baik akan mampu beradaptasi terhadap kondisi yang sulit akibat berhadapan dengan bencana yang mana disebut dengan resiliensi (Siebert, 2005). Resiliensi menjadi salah satu bentuk *self care* yang berfokus pada ketangguhan di tempat kerja dan mengembangkan keterampilan meskipun dalam keadaan sulit. Resiliensi juga dipandang sebagai kekuatan dasar yang menjadi pondasi berbagai karakter positif dalam diri seseorang (Hendriani, 2018). Menurut Olson & DeFrain (2003) resiliensi adalah kompetensi yang tepat dalam menyikapi beratnya tantangan hidup dan memegang peran kunci dalam mencapai perkembangan manusia secara sehat mental (Masten, 2001; Reivich & Shatte, 2002; Cleveland, 2003; Ungar, 2004; Walsh, 2006). Sedangkan Richardson (2002)

menjelaskan bahwa resiliensi adalah suatu kekuatan yang selektif untuk membantu seseorang bertahan dari kesulitan. Selain itu, Connor dan Davidson (2003) menjelaskan bahwa resiliensi adalah sebuah kualitas personal seseorang seperti kekuatan batin, kompetensi, optimis, dan fleksibel untuk berkembang dalam menghadapi kesulitan dalam hidup.

Wagnild dan Young (1993) mengatakan bahwa resiliensi dihasilkan dari suatu kekuatan dalam diri individu, sehingga ia mampu beradaptasi terhadap kondisi sulit yang menimpanya. Menurut Wagnild dan Young (1993) ada lima komponen yang akan menggambarkan resiliensi seorang individu yaitu perspektif yang dimiliki individu berkaitan dengan hidup dan pengalaman-pengalaman yang terjadi semasa hidup, memiliki sikap kebertahanan dalam kondisi sulit yang sedang dihadapi, memiliki keyakinan terhadap diri, memiliki suatu kesadaran bahwa hidup memiliki tujuan, dan suatu kesadaran bahwa setiap orang memiliki kehidupan yang unik. Resiliensi juga dapat dijadikan titik ukuran kemampuan dalam mengatasi stres (Connor & Davidson, 2003). Seorang relawan yang resilien memiliki kemampuan diantaranya yaitu regulasi emosi dan kontrol impuls, sikap optimis, kausal analisis, empati, *self efficacy*, dan *reaching out* (Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan penelitian Ashardianto (2012) terkait dengan resiliensi pada relawan, digambarkan bahwa resiliensi merupakan karakteristik yang dimiliki oleh relawan. Relawan yang memiliki resiliensi tinggi dinyatakan mampu untuk berhadapan dengan resiko, tekanan dan mampu mengatur emosi. Selain itu, dengan adanya resilien,

relawan mampu mengatasi stres dan dampak psikologis lainnya yang ditimbulkan akibat menghadapi kondisi sulit saat di lapangan, dan bangkit kembali menjadi individu yang lebih tangguh serta mampu menjalani kesehariannya dengan baik saat berada di luar zona bencana (Ashardianto, 2012).

Relawan yang mampu resilien saat berhadapan dengan bencana dalam waktu yang cukup lama akan menjadi sebuah pencapaian yang sangat diinginkan. Adanya kebahagiaan dan kepuasan hidup atas pencapaian, memberikan penilaian subjektif seorang relawan atas penilaian dirinya sendiri (Shin & Johnson, 1978). Mereka merasakan kebahagiaan dalam aktivitas hariannya, menjadi lebih baik, mengenali diri sendiri, hingga meningkatkan *well being* diri sendiri dengan memberikan bantuan pada orang lain (Government of Alberta, 2006). Perasaan yang digambarkan tersebut merupakan salah satu bentuk dari gambaran kepuasan hidup yang merupakan salah satu dari aspek *subjective well being*. Relawan juga mendapatkan manfaat, seperti kesehatan mental dirasakan lebih baik serta kesehatan fisik. Compton (2005) menjelaskan *subjective well being* sebagai suatu proses kognitif individu mengenai penilaian secara umum terhadap dirinya, yang terdiri dari evaluasi kognitif dan afeksi terhadap hidup dan mengutarakan dalam kesejahteraan psikologis.

Diener (2009) mengatakan bahwa *subjective well being* adalah suatu kondisi dimana individu mampu menilai kognitif dan afektif dalam pengalaman hidup dengan cara yang positif serta penilaian kepuasan hidup. *Subjective well being* terdiri atas dua komponen yaitu afektif yang terdiri dari afek positif dan afek negatif, dan komponen

kognitif yaitu kepuasan hidup (Diener, 2009). Aktivitas relawan dinilai dapat meningkatkan *subjective well being*, sehingga ditemukan bahwa relawan merasakan adanya perubahan positif pada dirinya, menghargai orang lain dan merasa dekat dengan Tuhan serta merasakan kepuasan dalam hidup (Najia, 2005). Diener (2009) juga menjelaskan seorang yang memiliki *subjective well being* yang tinggi ditandai dengan banyaknya merasakan emosi positif. Pernyataan tersebut didukung pada penelitian dari Kwok, Chui, dan Wong (2012) yang menyebutkan bahwa relawan merasakan emosi positif berupa motivasi intrinsik secara sukarela sehingga memperoleh kepuasan hidup yang lebih besar dengan membantu orang lain.

Dari penelitian Kwok, Chui, dan Wong (2012) mengenai *subjective well being* pada relawan dapat diketahui bahwa setiap relawan dalam aktivitasnya akan memiliki kepuasan hidup serta memiliki tujuan hidup yang lebih baik. Seperti yang dijelaskan sebelumnya, dalam menghadapi kondisi psikologis, resiliensi yang dinilai penting sebagai *bounce back* yang membantu relawan untuk bertahan akan memperoleh kesejahteraan secara subjektif (Siebert, 2005).

Berdasarkan pemaparan yang sudah dijelaskan, penting adanya dilakukan penelitian untuk menghubungkan antara resiliensi dan *subjective well being* pada relawan bencana. Di Indonesia, penelitian terkait resiliensi pada relawan bencana sebelumnya dihubungkan dengan *psychological well being* (Ashardianto, 2012). Namun, sejauh ini belum banyak ditemukan penelitian yang menghubungkan antara dua variabel resiliensi dengan *Subjective well being* pada relawan bencana alam.

Dengan diketahuinya hubungan antara variabel resiliensi dan *Subjective well being*, hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk memberikan acuan, program, dan intervensi yang dibutuhkan oleh relawan bencana.

1.2 Rumusan Masalah

Permasalahan utama yang ingin diteliti dalam penelitian ini “apakah terdapat hubungan positif antara resiliensi dan *subjective well-being* pada relawan bencana alam skala Provinsi di Indonesia?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan positif antara resiliensi dan *subjective well-being* pada relawan bencana alam skala Provinsi di Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memperluas pengetahuan di bidang psikologi dan menambah literatur ilmiah terkait dengan resiliensi dan *subjective well-being* pada relawan bencana alam skala Provinsi di Indonesia.
2. Penelitian ini diharapkan untuk dapat melihat hubungan yang positif antara resiliensi dan *subjective well being* pada relawan bencana.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada:

1. Relawan

Penelitian ini diharapkan kepada relawan bahwa pentingnya peran dari resiliensi dan peran *subjective well being* dalam menjalankan aktivitas mereka sebagai relawan. Relawan penting mengembangkan resiliensi dalam diri mereka sehingga bisa bertahan dalam keadaan yang sulit, mampu memberikan penilaian positif terhadap kepuasan hidupnya, dan juga memberikan kontribusi pada dirinya dalam menjalankan aktivitas sebagai relawan dan di luar zona relawan.

2. Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD)

Penelitian ini diharapkan sebagai acuan dan pedoman bagi BPBD untuk membuat program persiapan bencana dan intervensi pasca bencana.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I: Pendahuluan

Bab ini berisikan tentang latar belakang penelitian, masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika penulisan laporan penelitian yang terkait dengan resiliensi dengan *subjective well being pada* relawan bencana alam skala Provinsi di Indonesia.

BAB II: Landasan Teori

Bab ini dijelaskan teori mengenai *subjective well-being*, resiliensi, bencana, relawan, dan kerangka pemikiran secara hipotesis penelitian.

BAB III: Metode Penelitian

Bab ini menjelaskan tentang identifikasi variabel, definisi konseptual dan definisi operasional variabel penelitian, responden penelitian, teknik pengumpulan data, lokasi penelitian, alat ukur penelitian, prosedur pelaksanaan penelitian dan metode analisis data yang digunakan.

BAB IV: Hasil dan Pembahasan

Bab ini menjelaskan tentang hasil dari data-data yang diperoleh di lapangan dan penjelasan mengenai serta yang ingin peneliti sampaikan.

BAB V: Penutup

Bab ini menjelaskan kesimpulan penelitian serta saran yang ingin peneliti sampaikan.

