

## Meninjau Perilaku Terkait Bencana di Indonesia: Sebuah Kajian Literatur

Nyoman Trisna Aryanata, Ni Made Sintya Noviana Utami

Program Studi Psikologi, Universitas Bali Internasional

aryanata@iikmpbali.ac.id

**Abstrak.** Riset-riset mengenai respon psikologis manusia Indonesia terhadap bencana makin jamak dijumpai, seiring dengan makin dikenalnya pemahaman tentang kesiagaan bencana. Beragam penelitian telah muncul untuk meninjau perilaku, baik dari segi dampak psikologis, kerangka khas respon terhadap bencana yang kontekstual dengan kultur, hingga bentuk intervensi dan prevensi yang sensitif konteks. Artikel ini hendak menyajikan tinjauan berbagai literatur riset perilaku manusia terkait dengan kebencanaan, mencakup tinjauan khas pada konteks berbagai wilayah di Indonesia, prevensi yang muncul dalam berbagai kajian, hingga pola paradigma teoritik yang cenderung digunakan.

*Kata Kunci:* psikologi bencana, bencana alam, kesiagaan bencana, korban bencana

**Abstract.** Research on the psychological response of Indonesian people to disasters has increasingly emerged, in line with the growing understanding of disaster preparedness. A variety of studies have emerged to review their behavior, from psychological impact, the typical framework for responding to disasters that are contextual with culture, to context-sensitive forms of intervention and prevention. This article would like to presents a review of various human behavior research literature related to disaster in Indonesia, covering a typical review on the context of various regions in Indonesia, interventions and interventions that appear in various studies, to the theoretical paradigm patterns that tend to be used.

**Keywords:** disaster psychology, natural disasters, disaster preparedness, disaster victims

## Pendahuluan

Indonesia memiliki wilayah yang luas dengan banyak pulau, terletak pada jalur gempa bumi dan gunung berapi. Kondisi tersebut menyebabkan Indonesia rawan terhadap berbagai bencana alam. Banyaknya bencana yang terjadi di Indonesia ditanggapi secara berbeda-beda oleh masing-masing kelompok masyarakat. Perbedaan cara penanganan atau respon masyarakat terhadap bencana dipengaruhi oleh budaya dan persepsi masyarakat terhadap bencana.

Bencana bagi Masyarakat Bali, khususnya para pengunjung akibat letusan Gunung Agung, memandang bahwa meletusnya gunung adalah suatu bentuk turunya berkah dari para Dewa. Cara masyarakat dalam menyikapi bencana lebih mengarah pada meningkatnya kegiatan ritual dan doa. Meskipun ada dampak negatif yang mereka alami, masyarakat dapat lebih cepat bangkit dari keterpurukan karena adanya rasa syukur dengan anugrah dari Tuhan melalui meletusnya Gunung Agung. Sebagian besar pengunjung memiliki rasa syukur yang dapat dikatakan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa para pengunjung memiliki cara yang berbeda dalam menanggapi suatu bencana (Utami,

Sanjiwani, Widiastuti, Pradnyadani, dan Paramitha, 2018).

Para pengunjung Gunung Agung memiliki tingkat resiliensi yang tergolong cukup tinggi. Seperti yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002), individu yang memiliki resiliensi tinggi ditandai dengan kemampuan meregulasi emosi, kemampuan mengendalikan impuls dalam diri, kemampuan menganalisis penyebab permasalahan, efikasi diri, bersifat optimis, memiliki empati, dan kemampuan meningkatkan aspek positif dari kehidupan, dan keberanian mengambil kesempatan dan tantangan baru (Utami dkk., 2018).

Hal serupa juga dilakukan oleh masyarakat di Daerah Kabupaten Kediri dalam menanggulangi bencana Gunung Kelud. Penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati (2018) tentang “Mitos Dan Nilai *Local Wisdom* (Kearifan Lokal) Tradisi Larung Sesaji Sebagai Tolak Bala Di Kawah Gunung Kelud Desa Sugih Waras Kabupaten Kediri” menunjukkan ritual sesaji adalah sebuah tindakan religi dengan paham animisme dan dinamisme, karena mitos dan magi tetap melekat dalam pribadi masyarakat Jawa. Tindakan-tindakan simbolis dalam setiap prosesi memiliki arti atau tujuan walaupun dengan berbagai macam cara

yang berbeda, namun pada akhirnya tetap bermuara meminta permohonan kepada Sang Pencipta.

Hal yang berbeda dialami oleh para korban Gunung Merapi Yogyakarta. Pendampingan yang dilakukan oleh para relawan menyimpulkan bahwa sebagian besar pengungsi mengalami tekanan psikologis akibat bencana Gunung Merapi. Bencana dipandang sebagai suatu musibah dan sesuatu yang menakutkan. Hal ini menimbulkan adanya trauma sosial psikologis karena ketidakberdayaan secara fisik, ekonomi maupun sosial yang dialami sendiri maupun orang-orang terdekat selama di pengungsian. Dampak psikologis yang cukup berat berpengaruh terhadap penanganan bencana yang diberikan oleh para relawan untuk menolong korban bencana erupsi Merapi (Rusmiyati, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Thoha (2012) tentang dampak psikologis bencana Gunung Merapi juga menunjukkan hasil bahwa banyak masyarakat mengalami gangguan psikologis maupun fisiologis terutama gangguan kejiwaan seperti trauma, stres, mudah sedih, sakit kepala, susah tidur, tidak mau makan, sering pingsan, suka menyendiri, diare dan sebagainya.

Meskipun berbagai upaya telah dilakukan oleh berbagai pihak termasuk konselor dan psikiater, tetapi masih banyak masyarakat yang mengalami gangguan kejiwaan yang berkepanjangan.

Penelitian lain yang juga meneliti Gunung Merapi dilakukan oleh Hidayat (2011) tentang dampak kesehatan mental dan psikososial bencana erupsi Gunung Merapi 2010. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh gambaran adanya permasalahan kesehatan mental dan psikososial yang spesifik pada tiap-tiap kelompok penyintas (*survivor*) bencana yang dibedakan menjadi tiga yaitu korban, pengungsi dan terancam. Secara umum kelompok korban menunjukkan tingginya gejala depresi, disusul oleh gejala kecemasan yang akut, gejala depresi, dan gangguan psikosomatis. Sementara itu, kelompok terancam menunjukkan gejala kecemasan yang akut, gejala depresi, dan gangguan psikosomatis. Disisi lain kelompok pengungsi menunjukkan relatif tinggi gejala stres terkait dengan penyesuaian diri, diikuti oleh gejala kecemasan, dan psikosomatis.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, dapat dilihat bahwa perbedaan persepsi atau cara pandang masyarakat tentang suatu bencana mempengaruhi

tingkat resiliensi masyarakat untuk bangkit dari keterpurukan. Hal ini diakibatkan oleh dampak yang dirasakan, budaya atau kepercayaan tertentu sehingga cara mereka dalam menyikapi bencana juga menjadi berbeda antara satu daerah dengan daerah lain yang memiliki kebudayaan yang berbeda.

### **Ragam Respon Terhadap Bencana Alam**

Yuwanto, Tjong, Widyakristi & Halim (2018) mengemukakan suatu perspektif yang bersifat universal mengenai respon individu dan komunitas terhadap bencana. Pasca terjadinya bencana, baik bencana sosial, bencana alam, maupun bencana non alam, perilaku individu dan komunitas dalam merespon terhadapnya dapat dibagi menjadi 4 tahap yakni fase *heroic*, fase *honeymoon*, fase *disillusionment*, dan fase rekonstruksi. Semua hal ini tidak pula lepas dari faktor tekanan yang dialami karena bencana. Fase *heroic* umumnya dapat dilihat dalam bentuk perilaku berbagai pihak yang menunjukkan kepedulian bagi penyintas, khususnya ketika informasi mengenai bencana telah menyebar. Fase *honeymoon* merupakan tahapan dimana penyintas mulai merasakan kenyamanan

dari banyaknya bantuan yang hadir. Namun layaknya bulan madu yang pengalamannya nyaris menyerupai kurva, durasinya juga tidak bersifat permanen. Pada fase *disillusionment*, penyintas mengalami ketidaknyamanan untuk melakukan aktivitas layaknya kehidupan sebelum bencana. Di sinilah kemudian masuk fase rekonstruksi dimana penyintas meniyasati diri dan lingkungannya untuk dapat kembali menjalankan fungsi-fungsi kehidupan seperti layaknya hidup sebelum bencana. Terkait dengan fase rekonstruksi ini pula, Yuwanto, dkk (2018) menyebutkan bahwa usaha untuk bangkit melakukan rekonstruksi ini dapat disebut sebagai daya lenting alias resiliensi penyintas bencana.

Perspektif yang lebih kontekstual terkait dengan respon terhadap bencana dapat dijumpai dalam beberapa literatur mengenai bencana alam yang terjadi di berbagai wilayah, khususnya di wilayah yang tergolong sebagai cincin api. Ragam respon yang teridentifikasi dalam beberapa literatur menunjukkan adanya peran nilai lokal yang dimiliki warga setempat dalam merespon bencana alam yang mereka alami (Rozi, 2017; Rudianto, 2017; Rakhman & Kuswardani, 2012; Novianty, 2011).

Koentjoro & Andayani (2007) juga menyebutkan bahwa terdapat kemungkinan munculnya pemahaman khas penyintas bencana yang kontekstual dengan budaya asalnya dalam merespon bencana alam yang menimpa mereka. Mereka juga menyarankan untuk turut meninjau hal tersebut sebagai bagian dari kehati-hatian dalam intervensi permasalahan penyintas bencana.

Studi kualitatif dengan pendekatan etnografi pada komunitas adat Minangkabau di Sumatera Barat menemukan adanya keterlibatan kearifan lokal dalam terkait dengan kesiapan terhadap bencana. Wilayah Sumatera Barat termasuk sebagai daerah yang berada di jalur cincin api. Pada tahun 2005, kota Padang mengalami gempa bumi berkekuatan 5,5 SR. Lalu pada tahun 2007, terjadi gempa bumi berkekuatan 6,3 SR yang menghancurkan 45.000 rumah dan menewaskan 70 orang warga (Rozi, 2017). Persoalan yang dihadapi terkait dengan kesiapan terhadap bencana dan penanganan korban, diantaranya adalah lokasi berbagai wilayah yang relatif berjauhan dan masih menantangya distribusi bantuan karena kondisi wilayah tersebut Bencana alam bagi mereka merupakan suatu kejadian di luar kuasa manusia atau

(kehendak Tuhan) (Abdullah dalam Rozi, 2017).

Masyarakat Minangkabau dikenal sebagai masyarakat yang sangat religius serta menekankan pada jalinan kekerabatan. Pada suatu kasus di desa Tandikat, terdapat tradisi *badoncek* yang berperan dalam menghadapi bencana. Nilai lokal pada masyarakat Minang ini memiliki makna kontribusi mutual alias saling berbagi sumber daya yang dimiliki untuk mendukung aktivitas publik. Esensi utama dari nilai tradisi ini adalah bahwa manusia tidak hidup sendiri, melainkan perlu membantu sesamanya demi kehidupan sosial setempat. Termasuk di dalamnya adalah nilai spontanitas dalam memberi bantuan bagi anak-anak di desa yang sama ketika mengalami kesulitan. Berkat tradisi ini, masyarakat setempat menjadi relatif siap dalam menghadapi bencana serta meringankan beban hidup pasca bencana (Rozi, 2017).

Masyarakat desa Guru Kinayan, Kabupaten Karo, Sumatera Utara juga menunjukkan kekhasan dalam menanggapi erupsi Gunung Sinabung yang terjadi pada tahun 2010 dan kembali pula terjadi pada September 2013 hingga 2016. Masyarakat setempat meyakini bahwa erupsi Gunung Sinabung terjadi

karena kemarahan “penunggu” Gunung yang bernama Nini Lau Pirik, di samping juga meyakini erupsi gunung disebabkan oleh kemurkaan Tuhan (Rudianto, 2017). Pasca terjadinya erupsi, masyarakat setempat melakukan ritual pemujaan sebagai permintaan maaf kepada sang penunggu dan Tuhan. Masyarakat meyakini bahwa kemarahan tersebut sebagai hukuman atas perbuatan mereka yang melanggar kelestarian lingkungan sekitar gunung maupun bagi umat yang kurang bersyukur atas karunia yang telah diberikan. Bagi mereka, Gunung Sinabung memberikan berbagai sumber daya alam yang bermanfaat bagi kehidupan mereka. Pemikiran serupa juga mereka terapkan ketika abu vulkanik menyebar ke luar wilayah. Dengan demikian, terjadinya bencana alam direspon masyarakat setempat dengan introspeksi diri; bahwa terdapat andil perilaku mereka yang tidak menjaga kelestarian lingkungan sekitar gunung. Keyakinan atas sifat teguran dari erupsi gunung juga mereka terapkan pada masyarakat luar desa ketika abu vulkanik mencapai luar wilayah desa. Mereka meyakini pula bahwa peristiwa tersebut terjadi karena terdapat warga dari penduduk luar desa yang telah melakukan pelanggaran atau

mengganggu sang penunggu gunung (Rudianto, 2017).

Gempa yang terjadi pada tahun 2006 di Yogyakarta menimbulkan berbagai masalah psikologis pada masyarakat Yogyakarta, seperti psikosomatis, depresi, dan trauma pasca bencana. Disebutkan pula bahwa masalah psikologis ini lebih banyak dialami anak-anak dibandingkan orang dewasa (Rakhman & Kuswardani, 2012). Kearifan lokal masyarakat setempat dalam bentuk sikap *nrimo* dan gotong royong membantu pemulihan diri pasca bencana (Rakhman & Kuswardani, 2012; Novianty, 2011; Gunardo, 2013). Sikap *nrimo* merupakan filosofi khas masyarakat Jawa yang bermakna penerimaan pada kejadian tak terduga atau kemalangan sebagai bagian dari kehendak Tuhan. Sikap *nrimo* kemudian ditindaklanjuti dengan usaha untuk mengatasi persoalan nyata yang ada melalui gotong royong membangun kembali wilayah tempat tinggal yang luluh lantak karena bencana. Perilaku ini dilaporkan menimbulkan efek menenangkan dan kebangkitan bagi warga untuk mengatasi permasalahan pasca gempa (Nugraheni & Yuniarti, dalam Rakhman & Kuswardani, 2012). Konsep-konsep khas berbasis kearifan

lokal tersebut direkomendasikan pula untuk ditinjau dan diberdayakan sebagai modal rekonstruksi hidup pasca bencana alam, atau khususnya dalam hal ini adalah pada gempa bumi sebagaimana yang dialami oleh masyarakat Yogyakarta (Nugraheni & Yuniarti, 2012).

Beberapa literatur di atas belum memberikan gambaran respon psikologis yang lebih rinci dan mendalam terkait dengan respon masyarakat setempat pasca bencana alam yang mereka alami (Rozi, 2017; Rudianto, 2017). Meski demikian, keseluruhan literatur di atas menunjukkan adanya ragam perilaku yang berbasis pada keyakinan lokal, khususnya yang berbasis agama, terhadap penyebab bencana maupun respon terhadap berbagai permasalahan hidup pasca bencana. Penelitian yang dilakukan Amawidyati & Utami (2007) pada penyintas gempa Yogyakarta juga menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis pasca gempa. Di samping itu, terdapat pula hubungan yang signifikan antara sistem kepercayaan internal dengan koping bentuk *palliative* (Kumara & Susetyo, 2008). Terdapat pula dukungan sosial sebagai bagian dari pemulihan pasca bencana melalui nilai-

nilai gotong royong dan *badoncek*. Studi pada masyarakat Minangkabau dan Yogyakarta tersebut di atas menunjukkan keselarasan dengan konsep resiliensi komunitas (Yuwanto, dkk, 2018; Novianty, 2011) yang berbasis pada kearifan lokal. Di sisi lain, perilaku tersebut juga disebutkan sebagai ciri perilaku kolektif pada masyarakat setempat (Koentjoro, 2007).

### **Peran Kultur Dalam Membentuk Perilaku Terhadap Bencana**

Terjadinya bencana dan respon individu dan komunitas pasca bencana tidak jauh dari konstruksi makna yang mereka miliki terhadap fenomena kehidupan di sekitarnya (Sabir & Phil, 2016). Tinjauan beberapa literatur pada bagian sebelumnya mengenai respon masyarakat terhadap bencana alam menunjukkan adanya sejumlah kekhasan yang kontekstual dengan nilai-nilai lokal setempat. Bencana dilihat sebagai insiden yang tak terduga dan berada di luar kuasa manusia. Secara terbatas, dapat pula dilihat adanya kerangka berpikir mengenai bencana sebagai kejadian terbatas, hanya terjadi sebagai peristiwa di luar kebiasaan, bukan sebagai hal yang memungkinkan terjadi sewaktu-waktu karena kerentanan geografis wilayah

Indonesia di cincin api (Rozi, 2017; Rudianto, 2017; Rakhman & Kuswardany, 2012).

Respon manusia terhadap fenomena alam dan sosial tidak lepas dari kultur dimana mereka hidup. Kultur atau budaya dapat dipahami sebagai berbagai makna dan perilaku yang dipelajari dan diteruskan secara lintas generasi dengan tujuan untuk berkembang dan beradaptasi (Marsella & Christopher, 2004; Foster & Barbara, 2005). Kultur kemudian direpresentasikan secara eksternal dalam bentuk artefak, peran sosial, dan Lembaga. Representasi internalnya berupa nilai-nilai, sikap, sistem keyakinan, epistemologi, dan kosmologi. Melalui kultur yang telah terinternalisasi, individu kemudian mengkonstruksikan makna atas berbagai peristiwa yang ia saksikan dan alami. Makna dapat dipahami sebagai rangkaian interpretasi unik dan persepsi subjektif atas peristiwa yang dialami secara kognitif, afektif, dan mendalam. Melalui pemaknaan, individu menjalin informasi untuk membantu dirinya memahami dan bertindak atas fenomena di sekitar (Marsella & Christopher, 2004; Foster & Barbara, 2005). Dengan kata lain, dalam kultur terkandung paradigma masyarakat setempat dalam menjelaskan dunia

mereka, baik tentang alam maupun tentang keberadaan mereka dengan sesama manusia lainnya.

Sabir & Phil (2016) menyebutkan bahwa persepsi masyarakat mengenai bencana tidak lepas dari konstelasi hubungan antara diri mereka sebagai manusia dengan alam. Cara-cara mereka menjelaskan bencana alam berhulu pada paradigma relasi diri mereka dengan alam yang kemudian bermuara pada respon-respon mereka terhadap bencana yang terjadi. Terdapat tiga pola relasi manusia dengan alam. Paradigma pertama adalah bahwa manusia berkedudukan lebih tinggi dari alam. Dalam kerangka ini, alam dipandang sebagai alat yang eksistensinya semata-mata untuk memenuhi kebutuhan manusia. Paradigma kedua memandang alam sebagai eksistensi yang sejajar dengan diri manusia. Tindakan manusia kemudian diorientasikan pada usaha untuk menjalin relasi secara adaptif dengan alam. Pada paradigma ketiga, alam dipandang berkedudukan lebih tinggi dari manusia. Manusia dipandang sepatutnya patuh dan pasrah atas fenomena alam, termasuk pada keberadaan hasil alam, oleh karena fenomena tersebut berada di luar kendali manusia. Dengan kata lain, kehidupan



manusia bersifat tergantung pada alam di mana mereka berada. Implikasi dari tiga paradigma relasi manusia dengan alam ini adalah adanya tiga paradigma masyarakat (Sabir dan Phil menyebutnya sebagai “persepsi”) dalam memaknai bencana, yakni fatalisme, eskapisme, dan kapitalisme (Sabir & Phil, 2016).

Fatalisme merupakan suatu kerangka berpikir atas bencana sebagai peristiwa yang berada di luar kontrol manusia. Konsep mengenai nasib dan takdir erat digunakan di sini, bahwa apapun peristiwa alam dan dampaknya pada manusia bersifat digariskan. Segala fenomena alam yang berdampak negatif pada kehidupan manusia turut pula dipandang sebagai bagian dari nasib yang tak terhindarkan. Oleh sebab itu, kepasrahan dan penerimaan menjadi salah satu kunci perilaku yang ditekankan dalam kerangka pandangan ini (Sabir & Phil, 2016).

Eskapisme merupakan suatu paham yang memaknai realitas kehidupan dengan memanfaatkan imajinasi dalam menjelaskan fenomena yang terjadi. Sabir & Phil (2016) menjelaskan kerangka berpikir ini sebagai sikap berlari dari kenyataan, khususnya penderitaan hidup, melalui usaha imajinatif yang menentramkan benak

yang menderita. Bentuk yang muncul dalam konteks bencana adalah mitologisasi sebab-sebab bencana, misalnya bangkitnya penunggu atau makhluk gaib dari perut bumi. Tradisi-tradisi yang berorientasi pada permohonan maaf atau tolak bala menjadi salah satu cara untuk berdamai kembali dengan aspek kehidupan yang menyebabkan penderitaan. Melalui mitologisasi ini, kebuntuan kognisi dalam menjelaskan, menerima, dan bertindak atas fenomena alam teratasi oleh mitos-mitos tersebut. Sabir & Phil (2016) menyebutkan pula bahwa perspektif fatalisme terkandung dalam eskapisme, yakni dalam pandangan agama bahwa segala fenomena hidup disebabkan oleh Tuhan, termasuk bencana yang terjadi.

Perspektif kapitalisme memandang fenomena alam bermuatan potensi keuntungan di dalamnya yang bisa dimanfaatkan semaksimal mungkin untuk kehidupan manusia. Dalam perspektif ini, bencana tidak semata-mata dimaknai sebagai musibah tetapi juga diyakini terdapat berkah atau hikmah di dalamnya. Bencana tidak selalu merugikan manusia karena senantiasa ada manfaat di dalamnya (Sabir & Phil, 2016). Sebagai contoh, erupsi Merapi di Yogyakarta memberi manfaat berupa pasir gunung

yang digunakan sebagai bahan bangunan (Gunardo, 2013).

Media massa juga memberi andil dalam mengkonstruksikan pemikiran khalayak atas bencana. Media diketahui memiliki kekuatan besar dalam menyebarkan informasi sekaligus membentuk opini dan sikap khalayak atas suatu peristiwa. Narasi media tentang penderitaan korban dan kedahsyatan bencana, baik dalam media cetak maupun media daring, dapat berkontribusi pada konstruksi pemahaman individu atas bencana maupun respon mereka dalam menyikapi bencana dan korban. Di sisi lain, potret media massa atas peristiwa juga tidak lepas dari kultur dominan di wilayah persebarannya (Principe, 2015; Prajarto, 2008; Wahyuni, 2008; Adiputra, 2008; Lestari, Ramadhaniyanto & Wardyaningrum, 2018).

Marsella & Christopher (2004) merekomendasikan bahwa dalam memahami dan menangani penyintas bencana alam, faktor identitas etnis penyintas perlu dipertimbangkan. Disarankan untuk memahami secara lebih mendalam kultur asal penyintas dan mengintegrasikannya dalam diagnosa dan intervensi. Sebagai contoh, penyintas gempa Yogyakarta diketahui memaknai bencana yang mereka alami sebagai

takdir yang tak terelakkan untuk terjadi. Mereka menerapkan bentuk koping *palliative* yang mengintegrasikan aktivitas religius dalam mengatasi stres mereka, seperti mengucapkan kalimat yang menyerukan Tuhan, mensyukuri keselamatan mereka, serta menerima peristiwa yang dialami dengan kepasrahan atau *nrimo*, dan ketabahan (Kumara & Susetyo, 2008; Rakhman & Kuswardani, 2012; Masykur, 2006). Pemahaman atas variasi kultur ini juga dapat membantu untuk memahami perilaku mencari bantuan penyintas, khususnya bila berkaitan dengan rasa malu dalam meminta bantuan serta mencegah konflik lintas kultur yang potensial terjadi dengan relawan bencana (Marsella & Christopher, 2004).

Aspek kultur yang turut dapat dipertimbangkan adalah bentuk relasi sosial warga setempat. Beberapa literatur riset menunjukkan kearifan lokal atas relasi antarwarga terintegrasi dalam proses pemulihan pasca bencana. Tradisi *badoncek* dan gotong royong merupakan manifestasi nilai hubungan antarmanusia yang dimiliki masyarakat setempat dalam merespon kebutuhan sesama manusia lingkungan tempat tinggal. Individu menjadi tidak harus seorang diri menghadapi beban hidup pasca bencana

berkat dukungan sosial ini. Tinjauan atas sistem relasi sosial juga potensial untuk membangun kesiapan komunitas dalam menghadapi risiko masalah psikososial pasca gempa maupun juga untuk bangkit dari permasalahan pasca gempa (Novianty, 2011; Prawitasari, Novianti, Kartikaningtyas, & Handayani, 2012; Yuwanto, dkk, 2018).

### Penutup

Beragam respon individu terhadap suatu bencana menunjukkan keunikan dari manusia itu sendiri dalam berperilaku. Perbedaan perilaku dari setiap individu dipengaruhi oleh bagaimana individu memandang dan memaknai kehidupannya. Ragam tinjauan di atas menunjukkan adanya pola dalam perspektif teori yang digunakan untuk mengkaji berbagai aspek psikologi pada kebencanaan, baik dalam kerangka psikologi positif maupun dalam kerangka yang lebih mengedepankan kontekstualisasi budaya.

Salah satu kajian dijumpai digunakan yaitu psikologi positif memiliki pandangan bahwa manusia tidak hanya belajar tentang bagaimana mengurangi rasa sakit atau penderitaan yang mereka alami tetapi juga cara untuk memperoleh kebahagiaan. Pandangan ini

melengkapi intervensi kajian psikologi yang dinilai masih tradisional untuk mengurangi penderitaan dan membawa puncaknya pada kebahagiaan dan kesejahteraan psikologis individu dan komunitas (Effendy, 2016).

Psikologi positif berfokus pada kesejahteraan dengan membangun emosi positif dan fokus pada *strength* individu (Seligman, 2013). Dalam situasi bencana, individu tetap memiliki kekuatan untuk bertahan dan mengembangkan kesejahteraan hidupnya.

Salah satu bentuk sikap positif dari individu adalah rasa syukur. Individu memaknai secara positif kehidupan mereka dalam setiap situasi baik ketika hidup berkecukupan ataupun dalam situasi yang tidak menyenangkan seperti halnya ketika mengalami suatu bencana. Adapun tujuan akhirnya adalah ketercapaian kesejahteraan psikologis dari individu.

Kesejahteraan menurut pandangan psikologi positif meliputi *hedonic* dan *eudaimonic*: 1) *hedonic*, fokusnya pada komponen *feeling* yang didefinisikan dalam bentuk pencapaian kenikmatan dan menghindari sakit; 2) *eudaemonic*, fokusnya pada komponen *thinking*, makna dan realisasi diri yang didefinisikan kesejahteraan dalam bentuk

tingkatan fungsi penuh sebagai manusia. Perspektif *eudaemonic* berfokus pada kebermaknaan dalam hidup, *self realization* dan fungsi penuh sebagai individu (Effendy, 2016). Terkait dengan hal tersebut, respon yang dimunculkan individu berkaitan dengan seberapa mampu individu mengelola emosinya untuk menghindari musibah yang dialami dan seberapa besar individu tetap memiliki peran dan mampu berfungsi meskipun dalam situasi bencana.

Kesejahteraan psikologis yang dikenal juga dengan istilah *psychological well-being* dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. *Psychological well-being* terdiri dari enam dimensi yaitu *self-acceptance*, *autonomy*, *interpersonal relation*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Individu yang memiliki *psychological well-being* yang tinggi akan lebih merasa puas dengan hidupnya, memiliki hubungan yang positif dengan orang lain, mampu menentukan nasibnya sendiri tanpa bergantung dengan orang lain, mengontrol kondisi lingkungan sekitar, memiliki tujuan hidup yang jelas, dan mampu mengembangkan dirinya sendiri (Ryff, 1989). Ketika para korban bencana bisa memaknai dan tetap mampu menjalankan fungsinya, maka

kesejahteraan hidupnya akan lebih meningkat.

Kerangka teoritik lainnya yang diterapkan adalah perspektif psikologi lintas budaya dan psikologi budaya. Kedua kerangka ini memiliki prinsip dasar yang mengakui adanya relativitas budaya sehingga berimplikasi pada ragam makna dan keunikan respon pada suatu peristiwa (Kim, Yang & Hwang, 2006; Ng & Liu, 2000). Pengalaman psikologis individu dipandang tidak lepas dari ruang dan waktu kehidupan mereka. Jejak-jejak historis yang dipelihara secara lintas generasi dan tererepresentasi dalam mitos dan keyakinan memberi warna pada pengalaman psikologis individu dan keseluruhan pemaknaan yang mereka bangun. Oleh sebab itu, menjadi tidak mengherankan bila menemukan adanya pemaknaan dan cara menanggapi bencana secara berbeda di berbagai wilayah di Indonesia. Kerangka ini memberi rekomendasi untuk meninjau secara lebih kontekstual kerangka dunia (*worldview*) masyarakat setempat agar dapat memahami dunia kognitif dan respon mereka sehingga kelak dapat merancang intervensi yang lebih sensitif pada konteks.

Kerangka berikutnya yang relevan dan muncul dalam tinjauan kami adalah

psikologi komunitas. Kerangka dari psikologi komunitas menempatkan individu dalam lapisan-lapisan sistem ekologis yang saling bertalian dan orientasi utamanya adalah terapan dengan memanfaatkan peran lingkungan individu bersangkutan. Perspektif ini juga turut menempatkan kekhasan komunitas setempat sebagai tinjauan penting sehingga intervensi pada korban bencana menjadi memiliki relevansi kuat pada mereka (Trickett, 1995; Patterson, Weil & Patel, 2010). Selain itu, ciri utama paradigma ini adalah membangun kesiapan komunitas untuk merespon berbagai peristiwa penting yang mempengaruhi mereka, seperti bencana, sehingga mendukung partisipasi dan resiliensi mereka terhadap pengatasan risiko dan dampak bencana (Prawitasari, Novianti, Kartikaningtyas, & Handayani, 2012).

Pada akhirnya, meninjau perilaku manusia akan memerlukan kerangka teoritik yang sesuai dan relevan dengan konteks permasalahan yang ada. Tinjauan yang disajikan dalam tulisan ini muaranya adalah untuk menengok kembali pada pola-pola riset psikologi yang ada terkait kebencanaan sehingga dapat mengkaji dengan kerangka teoritik yang sesuai. Oleh sebab itu, pemanfaatan

perspektif akan kembali pada sikap dasar peneliti untuk meninjau secara kritis dan relevan atas permasalahan dari fenomena perilaku terkait kebencanaan yang menjadi perhatiannya.

### Daftar Pustaka

- Adiputra, W.M. (2008). Literasi media dan interpretasi atas bencana. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik* 11(3), 357-378.
- Amawidyati, S.A.G., & Utami, M.S. (2007). Religiusitas dan *psychological well-being* pada korban gempa. *Jurnal Psikologi* 34(2), 164-176.
- Effendy, N. (2016). Konsep Flourishing dalam Psikologi Positif : Subjective Well-being atau berbeda?. *Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity*. Surabaya: Universitas Katolik Widya Mandala
- Foster, G. M. M, & Barbara, G. (2005). *Antropologi kesehatan*, Priyanti Suryadarma & Meutia F. Swasono (Penerjemah). Jakarta: UI-Press.
- Gunardo, R.B. (2013). Karakter gotong royong warga dalam menghadapi bencana banjir lahar dingin Merapi di kota Yogyakarta.

- Jurnal Penelitian Humaniora* 18(2), 156-165.
- Hidayat, R. (2011). Dampak Kesehatan Mental dan Psikososial Bencana Erupsi Gunung Merapi 2010. Simposium Gunung Merapi Kajian Perilaku, Dampak, dan Mitigasi Bencana Akibat Erupsi Merapi 2010. Yogyakarta: Pusat Kesehatan Mental Masyarakat Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada
- Kim, U., Yang, K., & Hwang, K. (2006). Contributions to Indigenous and Cultural Psychology: Understanding People in Context. In U. Kim, K. Yang, & K. Hwang (Eds.). *Indigenous and Cultural Psychology: Understanding People in Context* (pp. 3-26). New York: Springer.
- Kumara, A., & Susetyo, Y.F. (2008). Hubungan sistem kepercayaan dan strategi menyelesaikan masalah pada korban bencana gempa bumi. *Jurnal Psikologi* 35(2), 116-150.
- Lestari, P., Ramadhaniyanto, B., & Wardyaningrum, D. (2018). Pemberitaan di media online untuk pengurangan risiko bencana gunung sinabung. *Jurnal Kajian Komunikasi* 6(1), 106-120.
- Marsella, A.J., & Christopher, M.A. (2004). Ethnocultural considerations in disasters: an overview of research, issues, and directions. *Psychiatric Clinics of North America* (27), 521-539.
- Masykur, A.M. (2006). Potret psikososial korban gempa 27 Mei 2006 (Sebuah studi kualitatif di Kecamatan Wedi dan Gantiwarno, Klaten). *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* 3(1), 36-44.
- Ng, S.H., & Liu, J.H. (2000). Cultural revolution in psychology. *Asian Journal of Social psychology* (3), 289-293.
- Novianty, A. (2011). Penyesuaian dusun jangka panjang ditinjau dari resiliensi komunitas pasca gempa. *Jurnal Psikologi* 38(1), 30-39.
- Patterson, O., Weil, F., & Patel, K. (2010). The role of community in disaster response: Conceptual models. *Population Research and Policy Review* 29(2), 127-141. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/40608422>.
- Prajarto, N. (2008). Bencana, informasi, dan keterlibatan media. *Jurnal*

- Ilmu Sosial dan Politik* 11(3), 287-306.
- Prawitasari, J.E., Novianti, L.P., Kartikaningtyas, L.P., & Handayani, Thukul D. (2012). Multilevel facilitating to solving perceived psychosocial problems in the community. *Jurnal Psikologi* 39(1), 1-12.
- Principe, J.D. (2015). Writing the disaster: A Philippine case study of the challenge to traditional theodicy in popular media. *Journal for the Study of Religions and Ideologies* 14(42), 172-197.
- Rakhman, A.N, & Kuswardani, I. (2012). Studi kasus gempa bumi Yogyakarta 2006: Pemberdayaan kearifan lokal sebagai modal masyarakat tangguh menghadapi bencana. *Prosiding Seminar Nasional Aplikasi Sains & Teknologi (SNAST) Periode III Yogyakarta, 3 November 2012*, 185-193.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. New York: Broadway Books.
- Rozi, S. (2017). Local wisdom and natural disaster in West Sumatra. *El Harakah* 19(1), 1-9.
- Rudianto. (2017). *Makna Erupsi Gunung Sinabung Bagi Masyarakat Desa Guru Kinayan, Kan. Karo*. Dalam Bunga Rampai Komunikasi Indonesia (Pratiwi Cristin Harnita & Budhi Widi Astuti). Yogyakarta: Buku Litera Yogyakarta.
- Rusmiyati, C., & Hikmawati, E. (2012). Penanganan Dampak Sosial Psikologis Korban Bencana Merapi. *Informasi*, 17(2), 97-110.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Sabir, A., & Phil, M. (2016). Gambaran umum persepsi masyarakat terhadap bencana di Indonesia. *Jurnal Ilmu Ekonomi dan Sosial* 5(2), 304-326.
- Seligman, M. (2013). *Beyond Authentic Happiness: Menciptakan Kebahagiaan Sempurna dengan Psikologi Positif*. Bandung: Mizan Pustaka.

- Sulistiyowati, M. (2018). Mitos dan Nilai Lokal Wisdom (Kearifan Lokal) Tradisi Larung Sesaji Sebagai Tolak Bala di Kawah Gunung Kelud Desa Sugih Waras Kabupaten Kediri. *Prosiding*
- Thoha, M. (2012). Dampak Psikologis Bencana Alam Gunung Merapi. *SKRIPSI*. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Tricket, E.J. (1995). The Community Context Of Disaster And Traumatic Stress: An Ecological Perspective From Community Psychology. In S.E. Hobfoll, M.W. de Vries (Eds.) *Extreme Stress and Communities: Impact and Intervention* (pp. 11-25). Dordrecht, the Netherlands: Kluwer. doi: 10.1007/978-94-015-8486-9\_1.
- Utami, S.N., Antika, R., Dewi, C., Dewi, S.E.C., Wibowo, F.S.P., & Sari, W.R.N.I. (2018). Hubungan Antara Resiliensi Dengan *Psychological Well-Being* Pengungsi Gunung Agung di Kabupaten Karangasem Bali. *Prosiding Seminar Nasional dan Call For Paper Peranan Psikologi Bencana Dalam Mengurangi Risiko Bencana* (pp. 99-105). Surabaya: LPPM Universitas Surabaya.
- Utami, S.N., Sanjiwani, S., Widiastuti, A., Pradnyadani, R., Paramitha, R.P. (2018). Hubungan Rasa Syukur Dengan Resiliensi Pengungsi Gunung Agung Di Kabupaten Karangasem Bali. *Prosiding Seminar Nasional dan Call For Paper Peranan Psikologi Bencana Dalam Mengurangi Risiko Bencana* (pp. 106-111). Surabaya: LPPM Universitas Surabaya.
- Wahyuni, H.I. (2008). Kecenderungan “framing” media massa Indonesia dalam meliput bencana sebagai media event. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik* 11(3), 307-330
- Yuwanto, L., Tjiong, H.Y.W., Widyakristi, P.E.K.V., & Halim, V. (2018). *Intervensi psikologi bagi penyintas bencana*. Surabaya: Cerdas Pustaka Publisher.