



## **Penanganan Psikologis Korban Bencana Gunung Sinabung**

Decy Erni Nasution<sup>1</sup>, Aura Miranti Saragih<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Faculty of Medicine, Malikussaleh University

\*Corresponding Author: [aura@mhs.unimal.ac.id](mailto:aura@mhs.unimal.ac.id)

### **Abstrak**

Pada masa pascabencana, individu biasanya menjadi rentan dan tidak berdaya terhadap dampak-dampak bencana yang sifatnya traumatis. Berdasarkan hal tersebut, tinjauan pustaka ini akan membahas tentang psikologis individu yang terkena bencana merapi gunung sinabung. Penulisan ini menggunakan metode *literature review* dengan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian terkait topik tertentu. Berdasarkan *literature review* didapatkan hasil bahwa pemerintah dan masyarakat setempat telah melakukan berbagai upaya untuk membantu para korban meletusnya Gunung Sinabung dalam mengatasi dampak sosial dan psikologis yang mereka alami seperti penyediaan bantuan psikologis, pendidikan kesiapsiagaan bencana, pemberian bantuan sosial, pemberian pelatihan dan pendampingan, serta pembangunan infrastruktur pemerintah dan masyarakat

**Kata Kunci:** *Bencana, Psikologi, Sinabung*

### **Pendahuluan**

Dalam beberapa tahun belakangan, bencana yang disebabkan oleh alam maupun nonalam semakin meningkat, baik dari sisi karakteristik maupun tingkat risikonya. Meningkatnya kerusakan lingkungan akibat peningkatan kegiatan eksploitasi alam menjadi pemicu peningkatan risiko terjadinya bencana tersebut. Secara umum, bencana alam merupakan sebuah peristiwa merugikan yang dihasilkan dari proses alami perputaran planet bumi (1). Contohnya adalah banjir, badai, letusan gunung berapi, gempa bumi, tsunami, dan proses-proses geologi lainnya. Akibat bencana alam adalah hilangnya nyawa, cedera atau sakit, rusaknya properti, hilangnya pendapatan keluarga, serta berdampak psikologis (2).

Gunung Sinabung, atau disebut juga Deleng Sinabung dalam bahasa Karo, merupakan salah satu gunung yang ada di Kabupaten Karo. Gunung api setinggi 2460 meter

di atas permukaan laut (mdpl) ini terbentuk pada tepian Barat Laut patahan cekungan Toba Tua. Garis patahan Strike Slip mengiri sepanjang batas bagian barat Toba, yang bagian atasnya terbentuk Gunungapi Sinabung menerus ke Timur Laut hingga Gunungapi Sibayak merupakan sesar orde kedua (3).

Gunung Sinabung bertetangga atau bersebelahan dengan Gunung Sibayak. Keduanya, merupakan gunung berapi aktif di Provinsi Sumatera Utara. Gunung Sinabung sendiri telah ditetapkan sebagai gunung berapi tipe B yang telah melakukan aktivitas letusan bahkan sebelum tahun 1600-an. Ketinggian Gunung Sinabung mencapai 2.460 Meter Diatas Permukaan Laut (MDPL). Dengan ketinggian tersebut, Puncak Gunung Sinabung menjadi tempat tertinggi nomor 2 di Sumatera Utara. Gunung yang satu ini juga memiliki 4 buah kawah yang masih aktif hingga hari ini di puncaknya (4).

Pengalaman membuktikan bahwa bencana alam berimplikasi secara langsung terhadap masyarakat di suatu wilayah. Bukan hanya kerusakan secara fisik, tapi banyak keluarga kehilangan sanak saudara akibat bencana. Bencana menyebabkan dampak psikologis bagi penyintas mulai dari gejala ringan bahkan ada yang mengalami *post-traumatic stress disorder* (PTSD) (5). Pada masa pascabencana, individu biasanya menjadi rentan dan tidak berdaya terhadap dampak-dampak bencana yang sifatnya traumatis. Maka dari itu penulis sangat tertarik mengambil tema berikut ditinjau dari psikologis individu yang terkena bencana merapi gunung sinabung.

### **Metode**

Penulisan ini menggunakan metode *literature review* dengan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian terkait topik tertentu. Metode literatur review merangkum hasil-hasil penelitian primer dalam penyajian fakta yang lebih komprehensif serta berimbang. Sumber pustaka yang digunakan dalam artikel ini melibatkan pustaka yang berasal dari jurnal nasional atau internasional. Penelusuran sumber pustaka dalam artikel melalui database Google Scholar, Science Direct, Springer Link dan PubMed dengan kata kunci bencana dan penanganan psikologis .

### **Pembahasan**

Meletusnya Gunung Sinabung sempat menjadi perhatian dari media massa karena menimbulkan banyak masalah social, tapi kemudian masalah Sinabung dianggap sebagai peristiwa biasa, dan tidak didefenisikan sebagai bencana. Lantas, kejadian seperti apa yang

kemudian disebut sebagai bencana? Bencana menurut Coppola dapat didefinisikan sebagai *those hazards for which the consequences may be so great as to overwhelm the local capacity to respond*. Lebih spesifik, suatu peristiwa dapat dikategorikan sebagai bencana ketika ada nyawa yang hilang, ada yang terluka fisiknya, ada barang yang rusak atau hilang, serta kerusakan lingkungan.

Dalam situasi bencana menurut Smith (1992) bisa terjadi kehilangan langsung, maupun kehilangan tidak langsung. Kehilangan langsung berupa: kerusakan, cedera, biaya perbaikan atau renovasi struktu publik maupun pribadi (bangunan, sekolah, jembatan, jalan, dsb), biaya relokasi/rumah sementara, kehilangan usaha, biaya tanggap darurat, hingga biaya pembersihan dari efek bencana (6). Kehilangan tidak langsung tidak serta merta dirasakan, namun memiliki efek jangka panjang terhadap masyarakat. kehilangan tidak langsung berupa kehilangan pendapatan, kehilangan input maupun output bisnis, pengurangan pendapatan, kehilangan pengetahuan (pendidikan), sakit kejiwaan, hingga kematian (7).

Adapun penanganan bencana memiliki 4 fase utama yaitu; mitigation, kesiapsiagaan, tanggap darurat, dan recovery. Berdasarkan Pusat Pendidikan Mitigasi Bencana (P2MB) Universitas Indonesia, mitigasi bencana adalah serangkaian upaya untuk mengurangi resiko bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun penyadaran dan peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana. Mitigasi berkaitan dengan upaya pengurangan komponen resiko.

Kesiapsiagaan menurut Undang-undang RI No. 24 Tahun 2007 tentang penanggulangan bencana adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana melalui pengorganisasian serta melalui langkah tepat guna dan berdaya guna (8). Kesiapsiagaan melibatkan proses melengkapi kelompok masyarakat yang mendapat imbas dari bencana dengan menggunakan berbagai upaya untuk memperbesar peluang mereka untuk bertahan dalam situasi bencana serta meminimalisir kehilangan finansial maupun kehilangan-kehilangan lainnya. Metode yang dilakukan pada tahap ini adalah dengan melatih dan melengkapi keterampilan penanganan bencana pada setiap level pemerintahan, serta melatih masyarakat berkaitan dengan tindakan apa-apa saja yang dapat mereka lakukan untuk mengurangi kerentanan individu maupun resiko lainnya.

Fokus utama pada tahap tanggap darurat adalah tindakan yang dilakukan untuk

mengurangi atau mengeliminasi akibat dari bencana, baik akibat yang akan terjadi, sedang terjadi, atau yang telah terjadi. Tindakan ini bertujuan untuk membatasi luka akibat bencana, kehilangan nyawa, dan kerusakan terhadap properti maupun lingkungan. Fase respon dimulai ketika potensi bencana sudah terlihat dan berakhir ketika bencana dinyatakan telah usai

Fase terakhir adalah fase recovery. Recovery melingkupi perbaikan, rekonstruksi, ataupun mengumpulkan kembali apa-apa yang telah hilang selama masa bencana. Masa recovery ini membutuhkan waktu yang lebih panjang serta proses yang lebih intens dibandingkan 3 fase lainnya. Intensitas yang lebih ini akan melibatkan lebih banyak orang, lembaga, maupun pembiayaan.

Pengetahuan tentang bencana merupakan hal yang penting dan tidak bisa diabaikan. Dalam banyak kasus bencana di Indonesia, banyak efek bencana yang berulang dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang bencana tersebut. Padahal, Indonesia merupakan salah satu bagian wilayah dunia yang rawan terhadap bencana (Hermon, 2015 dalam Wardy, 2019)

Pemerintah dan masyarakat setempat telah melakukan berbagai upaya untuk membantu para korban meletusnya Gunung Sinabung dalam mengatasi dampak sosial dan psikologis yang mereka alami. Beberapa upaya tersebut di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Penyediaan Bantuan Psikologis

Pemerintah dan masyarakat setempat telah menyediakan bantuan psikologis bagi para korban bencana. Tim psikolog dan konselor telah ditempatkan di wilayah terdampak untuk memberikan dukungan dan konseling bagi para korban yang mengalami trauma atau depresi pasca trauma.

2. Pendidikan Kesiapsiagaan Bencana

Pemerintah dan masyarakat setempat juga telah meningkatkan upaya dalam edukasi dan pelatihan kesiapsiagaan bencana kepada masyarakat sekitar Gunung Sinabung. Hal ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang cara menghadapi bencana dan meminimalkan risiko dampak sosial dan psikologis yang dapat ditimbulkan oleh bencana alam seperti meletusnya Gunung Sinabung. Pendidikan dapat dilakukan dengan melakukan pelatihan dan simulasi yang dapat meningkatkan kesiapsiagaan dalam menghadapi bencana (9).

3. Pemberian Bantuan Sosial

Pemerintah dan masyarakat setempat juga memberikan bantuan sosial kepada para korban bencana, seperti pemberian makanan, obat-obatan, dan perlengkapan lainnya yang diperlukan. Hal ini dapat membantu mengurangi beban ekonomi dan meningkatkan kesejahteraan korban, sehingga dapat membantu memperbaiki kondisi psikologis mereka.

4. Pemberian Pelatihan dan Pendampingan

Masyarakat setempat dan lembaga swadaya masyarakat (LSM) juga memberikan pelatihan dan pendampingan kepada para korban bencana, terutama dalam hal mencari pekerjaan dan memulihkan kegiatan ekonomi mereka. Hal ini dapat membantu korban untuk mengembangkan kembali kehidupan sosial dan ekonomi mereka, sehingga dapat membantu mengurangi dampak psikologis dari bencana.

5. Pembangunan Infrastruktur Pemerintah dan masyarakat setempat juga melakukan pembangunan infrastruktur, seperti pembangunan rumah dan fasilitas umum lainnya, yang dapat membantu para korban bencana dalam memulihkan kehidupan mereka. Infrastruktur yang dibangun harus memperhatikan aspek sosial dan psikologis, sehingga dapat membantu korban untuk merasa lebih aman dan nyaman dalam memulai kembali kehidupan mereka.

Meletusnya Gunung Sinabung memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap kehidupan manusia, terutama terhadap dampak sosial dan psikologis. Para korban bencana mungkin mengalami trauma, kecemasan, depresi, dan stres pasca trauma. Dampak ini dapat memperparah kondisi psikologis mereka dan membuat mereka merasa terisolasi dan tidak memiliki harapan untuk memulihkan kehidupan mereka. Namun, pemerintah dan masyarakat setempat telah melakukan berbagai upaya untuk membantu para korban meletusnya Gunung Sinabung dalam mengatasi dampak sosial dan psikologis yang mereka alami. Upaya-upaya ini termasuk penyediaan bantuan psikologis, pendidikan kesiapsiagaan bencana, pemberian bantuan sosial, pemberian pelatihan dan pendampingan, dan pembangunan infrastruktur. Semua upaya ini bertujuan untuk membantu para korban memulihkan kehidupan sosial dan ekonomi mereka, sehingga dapat membantu mengurangi dampak psikologis dari bencana alam seperti meletusnya Gunung Sinabung.

### **Kesimpulan**

Korban bencana, khususnya pengungsi memerlukan berbagai kebutuhan agar dirinya dapat bertahan hidup dan bangkit kembali semangatnya untuk hidup bermasyarakat. Kebutuhan tersebut antara lain makan, pakaian, tempat tinggal, pelayanan kesehatan, air bersih dan sarana MCK. Pengungsi juga membutuhkan pelayanan psikososial, keagamaan, pendidikan, kependudukan, informasi, reintegrasi dan pelayanan untuk berusaha atau bekerja termasuk permodalan. Berbagai kebutuhan tersebut merupakan permasalahan pengungsi. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa banyaknya bantuan seringkali tidak sebanding dengan jumlah orang yang membutuhkan sehingga sulit didistribusikan dan bantuan kurang sesuai dengan kebutuhan pengungsi. Di samping itu kurang maksimalnya koordinasi antar lembaga pemberi bantuan dapat memicu timbulnya konflik ditingkat akar rumput. Dalam hal pemenuhan kebutuhan pengungsi korban Merapi di pengungsian dapat dikatakan terpenuhi meskipun serba terbatas, seperti kebutuhan air bersih dan sarana masih dirasa sangat kurang. Kapasitas shelter yang kurang sesuai dengan jumlah pengungsi dan bercampurnya pengungsi laki-laki dan perempuan, anak-anak dan lansia memicu timbulnya stres dan rawan penyakit. Selanjutnya untuk menghilangkan trauma sosial psikologis dan kejenuhan di tempat pengungsian telah dilakukan berbagai aktivitas seperti hiburan, konseling, advokasi, tracing dan reunifikasi, informasi, penyuluhan. Untuk itu diperlukan penanganan agar permasalahan kebutuhan dasar pengungsi dapat terpenuhi. Pemenuhan kebutuhan korban bencana tidak mungkin dilakukan oleh satu lembaga atau satu organisasi saja, tetapi diperlukan koordinasi dan keterpaduan program baik dari pemerintah, LSM, organisasi sosial, organisasi kemasyarakatan, dunia usaha dan pihak-pihak yang peduli terhadap masalah korban bencana.

### **Daftar Pustaka**

1. G. Bankoff, D. Frerks, Hilhorst (eds.). *Mapping Vulnerability: Disasters, Development & People*. New York: Routledge. 2003
2. Prihatin, R. B. (2018). Masyarakat sadar bencana: pembelajaran dari Karo Banjarnegara, dan Jepang. *Aspirasi: Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, 9(2), 221-239.
3. Suprpto, dkk. (2015). *Data Bencana Indonesia 2014*. Jakarta: Pusat Data, Informasi dan Hubungan Masyarakat Badan Nasional Penanggulangan Bencana.
4. Nasution, F. Z. (2023). Penanganan Dampak Sosial Psikologis Korban Bencana Merapi Gunung Sinabung. *JUDIMAS*, 3(2), 124-134.

**GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh Vol.1 No.1 Juni 2022**

5. Zakiah, E., Rosalinda, I., Mauna. Gambaran *Post-Traumatic Stress Disorder* (Ptd) Pada Penyintas Banjir. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. 2021
6. Smith, K. *Environmental Hazards : Assessing Risk and Reducing Disaster*. London : Routledge. 1992
7. Coppola, Damon P. *Introduction To International Disaster Management (2<sup>nd</sup> edition)*. USE : Elsevier, hal 210. 2011
8. Undang-Undang No. 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana
9. Utariningsih, W., Sofia, R., Talib, I. F. A., & Saifullah, T. (2021). The preparedness of school community in facing tsunami disaster in Lhokseumawe City. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 331, p. 04002). EDP Sciences.
10. Lubis, F.W., Sabrina, Y., Masril, M. Penanganan Bencana Erupsi Gunung Sinabung . *Jurnal Simbolika*, 5(1). 2019