



Kesiapsiagaan Bencana Tsunami Aceh Ditinjau dari Perspektif Psikologi

Adam¹, Nadila Purnama¹

¹ Faculty of Medicine, Malikussaleh University

*Corresponding Author: Nadila12@mhs.unimal.ac.id

Abstrak

Bencana adalah salah satu peristiwa yang sering terjadi di Indonesia, mengingat letak Indonesia berada pada lingkaran api menyebabkan Indonesia sebagai Negara yang sering terdampak bencana salah satunya adalah tsunami. Oleh karena itu kesiapsiagaan sangat diperlukan untuk menghadapi bencana. Penulisan ini menggunakan metode *literature review* dengan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian terkait topik tertentu. Berdasarkan *literature review* didapatkan hasil bahwa bencana alam telah memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap fisik, psikologis dan sosial. Kejadian bencana mengakibatkan trauma kepada korban bencana. Guncangan batin yang dirasakan seyogyanya dihilangkan dengan segera. Upaya untuk bangkit dari kondisi mental yang tidak menguntungkan atau guncangan psikologis dan menuju kepada kondisi semula diperlukan kemampuan yang dikenal dengan resiliensi.

Kata Kunci: *Bencana, tsunami, kesiapsiagaan.*

Pendahuluan

Bencana adalah salah satu peristiwa yang sering terjadi di Indonesia, mengingat letak Indonesia berada pada lingkaran api menyebabkan Indonesia sebagai Negara yang sering terdampak bencana seperti gempa bumi, puting beliung, dan kekeringan yang tidak dapat diketahui datangnya. Beberapa bencana lainnya seperti banjir, tanah longsor, kekeringan, letusan gunung api, tsunami dan anomali cuaca masih dapat diramalkan sebelumnya (1).

Adanya bencana tersebut banyak menimbulkan dampak atau permasalahan baik permasalahan sosial ataupun permasalahan psikologis masyarakat setempat. Mulai dari adanya korban jiwa, kerugian harta benda, bahkan adanya rasa trauma terhadap psikologi masyarakat.

Bencana terbagi dalam beberapa jenis diantaranya adalah bencana alam, bencana

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

non alam dan bencana sosial. Indonesia adalah negara yang paling sering terjadi bencana alam dengan berbagai jenisnya. Sekitar 13% gunung berapi yang ada di dunia berada di negara Indonesia dengan semuanya berpotensi menimbulkan bencana alam pada intensitas dan kekuatan yang berbedabeda (Sukmana, 2018).

Bencana Tsunami unik karena biasanya terjadi beberapa menit sampai beberapa jam setelah gempa bumi. Indonesia rentan terhadap tsunami karena terancam oleh dislokasi lempeng aktif di sekitar nusantara. Untuk mengurangi risiko dan mempersiapkan orang-orang terhadap bahaya, dibutuhkan model yang terdiri dari variabel penting yang mempengaruhi tingkat kesiapsiagaan.

Artikel ini bertujuan untuk mengetahui kesiapsiagaan bencana Tsunami Aceh di tinjau dari prespektif psikologi dalam garis besarnya akan dibagi menjadi beberapa bab yang saling berhubungan satu dengan lainnya, mulai dari bab pendahuluan, bab pembahasan, bab hasil penelitian dan bab penutup. Adapun sistematika penulisan Pertama yaitu pendahuluan, yang menguraikan tentang latar belakang masalah, kemudian berdasarkan latar belakang masalah penulisan tersebut, dibuatlah rumusan masalah, tujuan penelitian, penjelasan istilah, kajian pustaka, metode penelitian yang memiliki Landasan teoritis yang menguraikan tentang definisi efektifitas, faktor penunjang dan penghambat efektifitas, definisi dan tujuannya, tugas peranan dan jenis preventif dalam penanggulangan bencana.

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 psikologi, bencana dan kesiapsiagaan .

Pembahasan

Definisi Kesiapsiagaan bencana

Definisi kesiapsiagaan di masyarakat berbeda antara satu masyarakat dengan yang lainnya. Kesiapsiagaan berarti merencanakan tindakan untuk merespons ketika terjadi bencana. Kesiapsiagaan juga dapat didefinisikan sebagai keadaan siap siaga dalam

menghadapi krisis, bencana atau keadaan darurat lainnya. Kesiapsiagaan yang akan membentuk dan merencanakan aksi masyarakat ketika terjadi bencana (3)

Kesiapsiagaan bertujuan untuk meminimalkan efek samping bahaya melalui tindakan pencegahan yang efektif, tepat waktu, memadai, efisiensi untuk tindakan tanggap bencana. darurat dan bantuan saat Pendapat ini didukung adanya Pasal 1 Undang-undang No. 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana yang menerangkan bahwa kesiapsiagaan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana melalui pengorganisasian serta melalui langkah yang tepat guna dan berdaya guna (4). Kesiapsiagaan ini dipengaruhi beberapa hal seperti pelatihan dan penyuluhan tentang bencana (5)

Peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau faktor non- alam maupun faktor manusia yang dapat mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, psikologis. dan dampak Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh telinga. melalui mata dan telinga.

Prespektif Tsunami Aceh Dalam Psikologi bencana

Bencana alam telah memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap fisik, psikologis dan sosial. Kejadian bencana mengakibatkan traumakepada korban bencana. Goncangan batin yang dirasakan seyogyanyadihilangkan dengan segera. Upaya untuk bangkit dari kondisi mental yang tidak menguntungkan atau goncangan psikologis dan menuju kepada kondisi semula diperlukan kemampuan yang dikenal dengan resiliensi. Resiliensi adalah kapasitas individu untuk menghadapi dan mengatasi serta merespon secara positif kondisi-kondisi tidak menyenangkan. Selanjutnya memanfaatkan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan tersebut untuk memperkuat diri sehingga mampu mengubah kondisi-kondisi yang dirasakan tersebut sebagai sesuatu hal yang wajar untuk diatasi (Suwarjo, 2008).

Menurut Reivich dan Shatte (2002), tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut: regulasi emosi, pengendalianimpuls, optmismisme, empati, causal analysis, efikasi diri, dan reaching out.Pada dasarnya setiap individu

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

memiliki semua faktor reselensi diatas, namun yang membedakan satu individu dengan yang lainnya adalah bagaimana individu tersebut mempergunakan dan memaksimalkan faktor-faktor dalam dirinya sehingga menjadi sebuah kemampuan yang membantu individu untuk bertahan menghadapi kesulitan atau krisis yang dialami, serta mencegah hal-hal yang dapat memicu stres dalam masa pemulihan dan dapat memberikan kemampuan untuk bangkit lebih baik dari keadaan sebelumnya.

Masyarakat yang sudah pernah mengalami bencana dan mulai bangkit dari keterpurukan ataupun resilien tetapi masih rendah tingkat kewaspadaannya. Salah satu faktor utama penyebab timbulnya banyak korban akibat bencana adalah karena kurangnya kesiapsiagaan masyarakat tentang bencana. Oleh karena itu, mempersiapkan kesiapsiagaan bencana sejak dini kepada masyarakat yang rentan bencana adalah hal yang sangat penting untuk menghindari atau memperkecil resiko menjadi korban. (Sutton dan Tierney, 2006, p. 125).

Kesimpulan

Bencana alam menimbulkan banyak kerugian dan selama beberapa dekade terakhir ini kejadian bencana telah meningkat pesat. Besaran kerugian yang disebabkan oleh bencana alam berbeda-beda di setiap daerah di Indonesia tergantung intensitas dan frekuensi kejadian bencana serta kerentanan dan kapasitas masyarakatnya. Kegiatan mitigasi dan kesiapsiagaan prabencana diperlukan untuk mengurangi kerentanan masyarakat dan untuk melindungi masyarakat setiap kali terjadi bencana. Pengurangan risiko bencana merupakan upaya negara dalam melindungi segenap elemen bangsanya dari ancaman risiko bencana. Menjaga keamanan nasional melalui disaster risk management multak diperlukan untuk kedaulatan sebuah negara.

Diharapkan kesadaran masyarakat mengenai gangguan psikologis yang dapat muncul berkaitan pasca bencana meningkat dan dapat memperluas wawasan tenaga kesehatan mengenai intervensi dukungan psikologis pasca bencana untuk menangani korban dengan gangguan kesehatan mental pasca bencana.

Daftar Pustaka

1. Niode, D.F., Rindengan, Y.D, Karouw, S. Geographical Information System (GIS) untuk Mitigasi Bencana Alam Banjir di Kota Manado. *Jurnal Teknik Elektro dan Komputer*, . Vol. 5 No. 2. 2016.
2. Yulianto, S., Apriyadi, R. K., Aprilyanto, A., Winugroho, T., Ponangsera, I. S., & Wilopo, W. Histori bencana dan penanggulangannya di indonesiaditinjau dari perspektif keamanan nasional. *PENDIPA Journal of Science Education*, 5(2), 180-187. 2021.
3. Utariningsih, W., & Sofia , R. Individual Household Preparedness in Ujong Blang Village, Lhokseumawe in Facing Tsunami. *Jurnal Spatial Wahana Komunikasi Dan Informasi Geografi*, 20(1), 22-27. 2020
4. Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana.
5. Utariningsih, W., Khairunnisa, Z., & Novalia, F. Pelatihan Evakuasi Bencana Gempa Bumi Dan Tsunami Di Dayah Ihyaaussunnah Kota Lhokseumawe. *Global Science Society: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 137-144. 2021