



## **Penanggulangan Bencana Banjir di Aceh: Psikologis dan Strategi Efektif**

Rahmi Inayati<sup>1</sup>, Muhammad Ikram Mullah<sup>1\*</sup>

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

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

### **Abstrak**

Banjir merupakan bencana alam yang sering terjadi di Indonesia pada musim penghujan. Hampir semua daratan rendah di Indonesia merupakan salah satu tempat langganan banjir. Sekarang ini, beberapa wilayah di Indonesia sangat mudah sekali tergenang banjir. Salah satunya adalah Aceh, sejumlah kabupaten kota di Aceh mengalami banjir di setiap tahunnya. Penulisan ini menggunakan metode *literature review* dengan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian terkait topik tertentu. Berdasarkan studi literatur yang dilakukan, dapat dilihat bahwa penanggulangan bencana banjir di Aceh tidak hanya berfokus pada aspek teknis dan infrastruktur, tetapi juga mencakup pendekatan psikologis yang komprehensif. Dalam hal ini, penting untuk memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat bersiap menghadapi masa depan yang lebih aman. Sikologi dapat membantu dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh mengalami stres dan trauma akibat bencana, serta bagaimana mereka dapat mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan yang lebih aman.

**Kata Kunci:** *Banjir, Bencana, Psikologis*

### **Pendahuluan**

Bencana alam merupakan bencana alam yang disebabkan oleh beberapa faktor alam yang terjadi akibat terganggunya keseimbangan komponen-komponen alam tanpa campur tangan manusia (1,2). Faktor alam yang dimaksud diantaranya dapat berupa curah hujan yang tinggi, kelerengan tanah yang lebih rendah dari permukaan air laut maupun dikarenakan tanggul ataupun aliran sungai yang tidak mampu menahan debit air hujan. Banjir merupakan salah satu bencana alam dimana air mengalir diluar badan air seperti sungai. Banjir dianggap sebuah bencana karena aliran air ini banyak menimbulkan kerugian seperti kerugian material, korban nyawa dan lainnya. Secara alamiah proses

terjadinya banjir merupakan bagian dari siklus air. Banjir dapat terjadi apabila terjadinya gangguan dari siklus air tersebut. Gangguan yang terjadi umumnya dari tindakan manusia yang salah dalam pengelolaan sumber air (3)

Banjir merupakan bencana alam yang sering terjadi di Indonesia pada musim penghujan. Hampir semua daratan rendah di Indonesia merupakan salah satu tempat langganan banjir. Sekarang ini, beberapa wilayah di Indonesia sangat mudah sekali tergenang banjir. Salah satunya adalah Aceh, sejumlah kabupaten kota di Aceh mengalami banjir di setiap tahunnya. Aceh Tengah, Aceh Timur, Aceh Utara, Aceh Jaya, Nagan Raya, Aceh Barat, Aceh Barat Daya, Aceh Selatan, Aceh Tenggara dan Aceh Singkil hampir dipastikan terdapat titik banjir.

### **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 psikologis .

### **Pembahasan**

Penanggulangan bencana oleh pemerintah untuk mengurangi resiko dampak bencana alam telah diatur sebagaimana bunyi Undang-Undang nomor 24 tahun 2007 tentang Penganggulangan Bencana telah membawa perubahan paradigma dalam pengelolaan bencana di Indonesia (4). Paradigma yang dahulu lebih bersifat responsif atau tanggap darurat dalam menangani bencana sekarang diubah menjadi suatu kegiatan bersifat preventif, sehingga risikonya dapat diminimalisir (mitigasi). Apabila ditinjau dari aspek perencanaan pembangunan maka upaya penanggulangan bencana masuk dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2015-2019 yaitu lingkungan hidup dan pengelolaan bencana. Sedangkan penyelenggaraan penanggulangan bencana menjadi wewenang pemerintah pusat/daerah yaitu membuat perencanaan pembangunan yang memasukkan unsur-unsur kebijakan dalam penanggulangan bencana dan dipertegas dalam Peraturan Pemerintah Nomor 21 tahun 2008 tentang Penyelenggaraan Penanggulangan Bencana bahwa penanggulangan bencana merupakan

bagian dari perencanaan pembangunan (5).

Penanggulangan bencana banjir di Aceh tidak hanya berfokus pada aspek teknis dan infrastruktur, tetapi juga memerlukan pendekatan psikologis yang komprehensif. Dalam hal ini, penting untuk memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman. Studi yang dilakukan oleh Jasman J Ma'rif dan tim tahun 2021 menunjukkan bahwa efektivitas kinerja Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) dalam penanggulangan bencana banjir di Aceh sangat dipengaruhi oleh keterbatasan sarana dan prasarana pada saat tanggap bencana (6). Hal ini mengindikasikan bahwa penanggulangan bencana tidak hanya memerlukan sumber daya yang cukup, tetapi juga perlunya perencanaan yang matang dan koordinasi yang efektif. Perencanaan dalam menghadapi bencana akan membentuk rencana tanggap darurat ketika bencana terjadi (7). Hal ini sangat penting dimiliki oleh masyarakat ataupun pemerintah yang berhadapan langsung dengan bencana dimana masyarakat yang berhadapan langsung dengan bencana harus memiliki perencanaan untuk menyelamatkan diri ketika terjadi bencana.

Pada aspek psikologi, sangat penting dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman. Psikologi dapat membantu dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh mengalami stres dan trauma akibat bencana, serta bagaimana mereka dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman.

Psikologi memiliki peran penting dalam penanggulangan bencana banjir. Menurut Everly tindakan yang dapat dilakukan oleh psikolog mencakup berbagai aspek dari pencegahan hingga pemulihan diantaranya yaitu (8) :

- a. **Assesment Kebutuhan Psikologis** : dimana psikolog dapat melakukan penilaian cepat terhadap kebutuhan psikologis korban banjir untuk menentukan tingkat stres, kecemasan, dan trauma yang dialami.
- b. **Penyediaan Pertolongan Pertama Psikologis (*Psychological First Aid*)** : Menyediakan bantuan segera kepada korban bencana untuk mengurangi stres akut dan menstabilkan kondisi emosional mereka.
- c. **Dukungan Psikososial** : dimana mengorganisir kegiatan dukungan psikososial seperti konseling individu dan kelompok, serta kegiatan komunitas yang

membantu mengurangi rasa keterasingan dan meningkatkan dukungan sosial.

- d. Edukasi dan Pelatihan untuk Kesiapsiagaan Bencana : Mengedukasi masyarakat tentang strategi mengatasi stres dan kecemasan, serta melatih mereka untuk kesiapsiagaan menghadapi bencana. Sesuai yang dikatakan Utariningsih (2020) bahwa kesiapsiagaan dalam menghadapi bencana dipengaruhi oleh pengetahuan dan pelatihan yang diterimanya. Pengetahuan tersebut juga dapat berasal dari pengalaman yang dialaminya (9).

Studi yang dilakukan oleh menunjukkan bahwa pendidikan kebencanaan sangat penting dalam mempersiapkan masyarakat untuk menghadapi bencana (10). Dalam hal ini, pendidikan kebencanaan dapat membantu masyarakat Aceh memahami bagaimana mereka dapat beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman. Selain itu, strategi penanggulangan bencana banjir di Aceh juga harus mempertimbangkan aspek gender. Sebagaimana Studi yang pernah dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa aspek gender sangat penting dalam penanggulangan bencana di Indonesia, termasuk di Aceh (11). Dalam hal ini, strategi penanggulangan bencana harus mempertimbangkan bagaimana masyarakat Aceh, terutama perempuan, dapat dipersiapkan untuk menghadapi bencana dan bagaimana mereka dapat diproteksi dari dampak bencana.

### **Kesimpulan**

Penanggulangan bencana banjir di Aceh tidak hanya berfokus pada aspek teknis dan infrastruktur, tetapi juga mencakup pendekatan psikologis yang komprehensif. Dalam hal ini, penting untuk memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat bersiap menghadapi masa depan yang lebih aman. Dalam hal ini, peran psikologi sangat penting dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat bersiap menghadapi masa depan yang lebih aman. Psikologi dapat membantu dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh mengalami stres dan trauma akibat bencana, serta bagaimana mereka dapat mempersiapkan diri untuk menghadapi masa depan yang lebih aman. Studi yang dilakukan oleh (Sigit, 2018) menunjukkan bahwa pendidikan kebencanaan sangat penting dalam mempersiapkan masyarakat menghadapi bencana (12). Dalam hal ini, pendidikan kebencanaan dapat membantu masyarakat Aceh memahami bagaimana mereka dapat beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat bersiap menghadapi masa depan

**GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh Vol.1 No.2 Agustus 2022**

yang lebih aman. serupa Studi yang pernah dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan bahwa aspek gender sangat penting dalam penanggulangan bencana di Indonesia, termasuk di Aceh (11). Dalam hal ini, strategi penanggulangan bencana harus mempertimbangkan bagaimana masyarakat Aceh, terutama perempuan, dapat bersiap menghadapi bencana dan bagaimana mereka dapat melindungi diri dari dampak bencana.

Penanggulangan bencana banjir di Aceh memerlukan pendekatan yang komprehensif yang mempertimbangkan aspek teknis, infrastruktur, dan psikologis. Dalam hal ini, peran psikologi sangat penting dalam memahami bagaimana masyarakat Aceh beradaptasi dengan bencana dan bagaimana mereka dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman. Dengan demikian, strategi penanggulangan bencana harus mempertimbangkan bagaimana masyarakat Aceh dapat dipersiapkan untuk menghadapi masa depan yang lebih aman, serta bagaimana mereka dapat diproteksi dari dampak bencana.

**Daftar Pustaka**

1. Batu, J. A. J. L., & Fibriani, C. (2017). Analisis penentuan lokasi evakuasi bencana banjir dengan pemanfaatan sistem informasi geografis dan metode simple additive weighting. *Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer (JTIK)* 4(2), 127-135
2. Hermon, D. (2018). *Geografi Bencana Alam*. Padang: Penerbit Rajawali Pers.
3. Supriyono, P. (2014). *Seri Pendidikan Pengurangan Risiko Bencana Banjir*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
4. Undang-Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penganggulangan Bencana
5. Peraturan Pemerintah Nomor 21 tahun 2008 tentang Penyelenggaraan Penanggulangan Bencana
6. Hikmah, A. D. (2021). *Efektivitas Kinerja BPBD Dalam Penanggulangan Bencana Banjir Rob Di Gampong Pasir Kecamatan Johan Pahlawan Kabupaten Aceh Barat* (Doctoral Dissertation, Universitas Teuku Umar).
7. Utariningsih W, Sofia R, Talib IF, Saifullah T. The preparedness of school community in facing tsunami disaster in Lhokseumawe City. *InE3S Web of Conferences 2021* (Vol. 331, p. 04002). EDP Sciences.

**GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh Vol.1 No.2 Agustus 2022**

8. Everly Jr, G. S. (2021). Disaster mental health: remembering the past, shaping the future. *International review of psychiatry*, 33(8), 663-667.
9. Utariningsih W, Sofia R. Individual Household Preparedness in Ujong Blang Village, Lhokseumawe in Facing Tsunami. *SPATIAL* [Internet]. 2020 Mar.31 [cited 2024Jul.8];20(1):22-7. Available from: <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/spatial/article/view/14038>
10. Sigit, A. *Buku Pintar Mengenal Bencana*. Yogyakarta: CV Budi Utama. 2018
11. Inayah Hidayati. *Aspek Gender Dalam Kesiapsiagaan Bencana di Indonesia: Studi Kasus Gempa Bumi di Bantul dan Lombok*. Syiah Kuala University Press. 2018
12. Sigit, A. *Buku Pintar Mengenal Bencana*. Yogyakarta: CV Budi Utama. 2018