



Dampak Erupsi Gunung Berapi Bagi Kesehatan Mental Masyarakat

Nurlaili¹, Hizriani^{1*}

¹Faculty of Medicine, Malikussaleh University

*Corresponding Author: hizriani23@gmail.com

Abstrak

Bencana alam seperti peristiwa letusan gunung berapi tentu menyisakan rasa trauma bagi para penyintas atau korban selamat yang mampu bertahan dalam kondisi yang menakutkan, mengerikan dan mencekam. Dampak buruk dari bencana terhadap kesehatan mental yang terjadi seperti rasa trauma, stres dan perasaan cemas yang berlebihan dapat menimbulkan gangguan Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). 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 Erupsi gunung berapi bukan hanya membawa dampak fisik, tetapi juga psikologis bagi masyarakat yang tinggal di sekitarnya. Peristiwa traumatis ini dapat memicu berbagai gangguan mental, seperti stres akut, kecemasan, gangguan stres pasca-trauma (PTSD), dan depresi. Ancaman bahaya, kehilangan tempat tinggal, dan kekacauan selama dan setelah erupsi dapat menyebabkan stres akut dan kecemasan yang parah. Gejalanya termasuk panik, ketakutan, kebingungan, sulit tidur, dan konsentrasi.

Kata Kunci: Bencana, Erupsi Gunung Berapi, Psikologis

Abstract

Natural disasters such as volcanic eruptions certainly leave a sense of trauma for survivors or survivors who are able to survive in frightening, terrible and gripping conditions. The adverse effects of disasters on mental health that occur such as trauma, stress and feelings of excessive anxiety can lead to Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). This writing uses the literature review method by identifying, evaluating, and interpreting all research results related to a particular topic. Based on the literature review, volcanic eruptions bring not only physical, but also psychological impacts to the people living around them. These traumatic events can trigger various mental disorders, such as acute stress, anxiety, post-traumatic stress disorder (PTSD) and depression. The threat of danger, loss of shelter and chaos during and after an eruption can cause acute stress and severe anxiety. Symptoms include panic, fear, confusion, difficulty sleeping, and concentration.

Keywords: Disaster, Volcanic Eruption, Psychological

Pendahuluan

Bencana alam merupakan bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan dan tanah longsor (1). Dengan kata lain, bencana alam adalah suatu peristiwa yang menyebabkan kerugian baik dari segi materi, fisik, psikis, ekonomi dan lingkungan yang disebabkan oleh alam sehingga membutuhkan

bantuan atau pertolongan dari masyarakat di luar daerah bencana. Peristiwa bencana alam merupakan kejadian yang sulit untuk dihindari dan sulit untuk diperkirakan secara tepat kapan akan terjadi. Salah satu bencana alam yang dialami oleh masyarakat yang berada di beberapa daerah tertentu yaitu gunung meletus. Gunung meletus merupakan peristiwa yang terjadi akibat endapan magma di dalam perut bumi yang didorong keluar oleh gas yang bertekanan tinggi. Erupsi atau letusan gunung berapi merupakan peristiwa keluarnya magma dipermukaan bumi. Erupsi merupakan bagian dari aktivitas gunung berapi yang membahayakan. Bahaya letusan gunung berapi dapat berupa awan panas, material yang terlontar, hujan abu lebat, lahar, gas beracun, tsunami, dan banjir lahar. Letusan gunung berapi terjadi karena adanya pergerakan atau aktivitas magma dari perut yang berusaha keluar ke permukaan bumi (2).

Dampak dari bencana yaitu terganggunya keseimbangan psikologis; mengancam keselamatan jiwa; kehilangan harta benda; kehilangan mata pencaharian karena bencana merusak area perkebunan, persawahan dan daerah industri; kesulitan memenuhi kebutuhan hidup; terdapat beban tertentu pada masyarakat; perubahan pola produksi masyarakat; meningkatnya perilaku kriminal karena kehilangan harta benda dan pekerjaan; perubahan dinamika keluarga; mengganggu kemampuan komunitas dalam memberikan pelayanan, perubahan pranata atau sistem sosial masyarakat dan terganggunya kesatuan masyarakat (3). Oleh karena itu sangat penting bagi kita untuk memiliki kesiapsiagaan agar dapat menyelamatkan diri ketika bencana terjadi (4).

Adapun contohnya yaitu bencana erupsi Gunung Semeru secara langsung berdampak pada psikologis korban terdampaknya, termasuk pada masyarakat Desa Curah Kobokan dan Desa Supiturang Kabupaten Lumajang. Dampak psikologis tersebut diperparah dengan korban yang kehilangan anggota keluarganya atau anggota keluarganya meninggal, serta kehilangan materi dan mata pencaharian utama. Semakin sulit lagi bagi para korban bencana tersebut ketika mereka harus menetap di pengungsian selama waktu yang tidak dapat ditentukan. Jika tidak ditangani dengan baik, permasalahan psikis dan psikologis korban erupsi Gunung Semeru ini akan berdampak pada kondisi trauma dan masalah kesehatan fisik (5).

Erupsi juga berdampak psikologis, yaitu perasaan takut dan stres. Banyak kematian terjadi pada lansia karena perasaan takut dan stres. Selain itu, ada beberapa korban yang meninggal karena penyakit seperti serangan jantung mendadak, stroke, serta

korban yang sudah terlanjur sakit sebelum erupsi. Kondisi ini lebih disebabkan oleh perasaan psikologis orang yang panik, cemas, kaget dan takut yang justru memperparah rasa sakitnya. Beberapa ibu yang sedang hamil meninggal karena ketuban pecah dini, dan beberapa bayi lahir prematur yang tidak dapat bertahan hidup (6).

Hasil penelitian oleh Hlodversdottir et al yang dilakukan pada tahun 2010 dan 2013 pada daerah yang terdampak letusan Gunung Eyjafjallajökull terjadi penurunan angka prevalensi pada gejala psikologis. Dimana pada tahun 2010 terdapat 66 responden (10,2%) yang mengalami tekanan mental dan pada tahun 2013 menjadi 53 responden (8,7%) yang mengalami tekanan mental. Sedangkan pada tahun 2010 terdapat 47 responden (6%) yang dianggap stres dan pada tahun 2013 menjadi 38 responden (5,1%) yang dianggap stres (7). Gejala Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) dapat ditemukan pada kelompok yang berada di daerah dengan paparan sedang dan tinggi pada tahun 2013. Dengan adanya penelitian terdahulu sehingga penulis sangat ingin melihat dampak erupsi gunung berapi terkhususnya pada kesehatan mental masyarakat, terkhususnya pada masyarakat yang sangat rawan terkena dampaknya.

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 kesehatan mental.

Pembahasan

Bencana alam seperti peristiwa letusan gunung berapi tentu menyisakan rasa trauma bagi para penyintas atau korban selamat yang mampu bertahan dalam kondisi yang menakutkan, mengerikan dan mencekam. Dampak buruk dari bencana terhadap kesehatan mental yang terjadi seperti rasa trauma, stres dan perasaan cemas yang berlebihan dapat menimbulkan gangguan Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). Menurut Amin (2017), Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) adalah sebuah gangguan yang dapat terbentuk dari peristiwa traumatik dengan perasaan ketakutan dan keputusasaan yang akan

mengancam keselamatan seseorang atau membuat seseorang menjadi tidak berdaya (8).

Parkinson (2000) menjelaskan bahwa peristiwa traumatis dapat terjadi pada saat bencana terjadi hingga bencana telah berlalu, dalam kondisi terakhir ini yang disebut dengan PTSD, artinya bahwa peristiwa berkepanjangan yang dialami dari bencana meletusnya gunung merapi dan dampak yang diakibatkan yang saat ini dirasakan para penyintas tentu saja meninggalkan kesan yang mendalam pada ingatan para penyintas dan kesan tersebut akan menimbulkan persoalan baru dengan munculnya berbagai macam gangguan psikologis (9). Kenyataan yang ada di lapangan menunjukkan masih banyak terdapat penyintas bencana meletusnya gunung Merapi yang mengalami trauma berkepanjangan setelah peristiwa bencana tersebut. Trauma yang ditinggalkan akan terus hidup dalam diri penyintas yang mengalami langsung peristiwa mengerikan tersebut. Tanpa penanganan kejiwaan secara terpadu maka akan muncul kecenderungan PTSD.

Hampir semua orang yang mengembangkan PTSD dengan emosi yang intens terhadap suatu stimulus yang menyerupai peristiwa traumatis yang dialaminya. Hal ini kemudian diikuti dengan intrusion, yaitu keadaan yang ditandai dengan emosi, pikiran, dan kenangan yang selalu hidup dalam pikiran seseorang sepanjang hari. Gejala ini juga cenderung menimbulkan mimpi buruk, sehingga individu juga takut tidur. Pada akhirnya, kurang tidur akan berdampak pada peningkatan emosional yang akan mendorong individu untuk mengonsumsi alkohol, atau bunuh diri. Gejala lain individu yang mengalami trauma berat cenderung menarik diri dari interaksi sosial. Di samping itu, gejala umum individu yang mengalami PTSD adalah selalu tegang dan gelisah, mudah terkejut, lekas marah, depresi dan penyalahgunaan obat, sesekali melukai diri sendiri, halusinasi, susah tidur, penurunan berat badan, sering sakit kepala, dan gangguan seksual (10).

Dukungan sosial merupakan hal yang penting dalam meminimalisir terjadinya peningkatan PTSD pada korban erupsi gunung berapi. Dukungan sosial bisa didapatkan dari keluarga, teman bahkan masyarakat sekitar. Hal ini mendukung pendapat para ahli sebelumnya, bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) adalah tersedianya dukungan sosial (Nevid dkk, 2005). Bastaman (1996) mendefinisikan dukungan sosial sebagai hadirnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, memotivasi, mengarahkan, memberi semangat, dan menunjukkan jalan keluar ketika sedang mengalami masalah dan pada saat mengalami

kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah untuk mencapai tujuan. Caplin (dalam Yuliani, 2002) menggambarkan dukungan sosial sebagai hubungan secara formal atau informal yang baik antara seorang individu dengan individu yang lain dalam lingkungannya. Berbagai dukungan sosial yang diperoleh individu dari keluarga, teman, dan orang lain berhubungan dengan tingkat kesejahteraan individu tersebut. Hal ini akan dapat membantu individu yang mengalami trauma terhadap bencana yang mereka hadapi. Selain itu bantuan dari para psikolog juga dapat membantu korban-korban yang mengalami trauma atau pun PTSD dapat ditangani secara profesional.

Kesimpulan

Erupsi gunung berapi bukan hanya membawa dampak fisik, tetapi juga psikologis bagi masyarakat yang tinggal di sekitarnya. Peristiwa traumatis ini dapat memicu berbagai gangguan mental, seperti stres akut, kecemasan, gangguan stres pasca-trauma (PTSD), dan depresi. Ancaman bahaya, kehilangan tempat tinggal, dan kekacauan selama dan setelah erupsi dapat menyebabkan stres akut dan kecemasan yang parah. Gejalanya termasuk panik, ketakutan, kebingungan, sulit tidur, dan konsentrasi. Pengalaman traumatis selama erupsi dapat berakibat pada PTSD, di mana individu mengalami kilas balik, mimpi buruk, dan avoidance terhadap hal-hal yang terkait dengan erupsi. PTSD dapat menyebabkan depresi, isolasi sosial, dan gangguan fungsi sehari-hari.

Kehilangan harta benda, mata pencaharian, dan orang terkasih dapat memicu depresi. Gejalanya termasuk kesedihan yang mendalam, kehilangan minat dalam aktivitas yang menyenangkan, perubahan nafsu makan, dan pikiran untuk bunuh diri. Dampak psikologis ini dapat berlangsung lama setelah erupsi terjadi, dan membutuhkan dukungan dan intervensi profesional untuk membantu pemulihan mental masyarakat. Selain itu, erupsi gunung berapi juga dapat memperburuk kondisi mental yang sudah ada, seperti kecemasan dan depresi.

Penting untuk memberikan perhatian dan bantuan kepada masyarakat yang terkena dampak erupsi gunung berapi, tidak hanya untuk kebutuhan fisik mereka, tetapi juga untuk kesehatan mental mereka. Dukungan psikologis dan intervensi yang tepat dapat membantu mereka mengatasi trauma dan membangun kembali kehidupan mereka.

Erupsi gunung berapi dapat menimbulkan dampak psikologis yang signifikan bagi masyarakat yang tinggal di sekitarnya. Oleh karena itu, penelitian tentang dampak

kesehatan mental pasca erupsi gunung berapi menjadi sangat penting. Berikut beberapa saran dan harapan untuk penelitian di masa depan:

1. Memahami Dampak Psikologis yang Lebih Dalam.
2. Mengembangkan Intervensi Psikologis yang Efektif.
3. Meningkatkan Akses terhadap Layanan Kesehatan Mental.
4. Mempromosikan Kesiapsiagaan Mental

Daftar Pustaka

1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana
2. BNPB. Data dan Informasi Bencana. [internet]. BNPB. 2019. Available form: <https://bnpb.cloud/dibi/laporan5a>.
3. Yuwanto, dkk. Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana. Surabaya: Cerdas Pustaka Publisher. 2018.
4. Utariningsih W, Sofia R, Talib IF, Saifullah T. The preparedness of school community in facing tsunami disaster in Lhokseumawe City. In E3S Web of Conferences 2021 (Vol. 331, p. 04002). EDP Sciences.
5. Sulistiyowati, Y., Indah, S., Ekasari, L. D., Mukoffi, A., Susanti, R. A. D., & Wibisono, S. H. Pendampingan dan pemulihan trauma pasca erupsi gunung semeru pada masyarakat desa curah kobokan dan supit urang kabupaten lumajang. *Studium: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3). 2022.105-110 p.
6. Sari, I. W., & Bahri, A. S. Determinan Kecemasan Pra Erupsi Pada Masyarakat Di Lereng Gunung Merapi. *Jurnal Kebidanan*. 2022. 203-214 p
7. Hlodversdottir, dkk. Long-Term Health Effects of the Eyjafjallajökull Volcanic Eruption: A Prospective Cohort Study in 2010 and 2013. *BMJ Open*, 6(9). 2016. 1–14 p. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011444>.
8. Amin, Muhammad Khoirul. Post Traumatic Stress Disorders Pasca Bencana: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (JKA)*. 2017; 10(1) 67–73.
9. Parkinson, F. Post trauma stress: A personal guide to reduce the long- term effects and hidden damage caused by violence and disaster. Arizona: Fisher Book. 2000.
10. Weaver, A.J., Flannelly, L.T., dan Preston, J.D. 2003. Counseling Survivors of Traumatic Events: A handbook for pastors and other helping professional. Avenue South, Nashville: Abingdon Press.