

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Banjir merupakan bencana alam yang diakibatkan oleh tergenangnya aliran air yang berlebihan. Indonesia merupakan daerah rawan banjir, salah satunya adalah Provinsi Aceh. Beberapa daerah di Aceh menghadapi banjir yang berulang setiap tahunnya, terutama pada daerah Kabupaten Aceh Utara, Salah satu kecamatan yang paling berdampak adalah Kecamatan Matangkuli, banjir terjadi sebanyak 32 kali dalam rentang waktu dari tahun 2014-2019 (Zalmita dkk., 2021).

Banjir berdampak besar terhadap kehidupan masyarakat karena kerugian yang ditimbulkannya. Selain dampak fisik dan materi, peristiwa ini juga berdampak secara psikologis seperti kecemasan, depresi, stress dan gangguan pasca trauma (Rohmi, 2016). Akan tetapi pada kebanyakan kasus efek secara psikologis mungkin tidak langsung terlihat melainkan akan muncul beberapa minggu bahkan berbulan-bulan setelah kejadian (Zulch, 2019) sehingga masih banyak yang mengabaikan kesiapan bencana secara psikologis.

Menurut Morrissey dan Reser (2003) pada saat bencana terjadi, dampak psikologis seperti kecemasan, panik, ketakutan, dan emosi negatif lainnya dapat menghambat proses evakuasi dan mengurangi efektivitas kesiapsiagaan, sehingga seharusnya individu tidak hanya memfokuskan diri secara fisik saja tanpa memasukkan informasi terkait faktor psikologis dalam teori praktik kesiapsiagaan bencana. Faktor ini disebut *psychological preparedness*.

Psychological preparedness adalah kesadaran, antisipasi dan kesiapan pada saat menghadapi bencana atau peristiwa tidak terduga (Zulch, 2019). Hal tersebut sangat diperlukan terutama pada para ibu yang mempunyai peran penting di dalam keluarga dan masyarakat baik sebelum maupun sesudah bencana terjadi, hal ini dikarenakan perempuan merupakan kelompok rentan, namun mereka berperan penting dalam upaya pemulihan pascabencana (Riswan & Arifika, 2012).

Menurut Riswan & Arifika, (2012) perempuan terutama para ibu merupakan salah satu jalan untuk menjaga stabilitas masyarakat melalui keluarga karena dapat membangun mental dan melakukan perubahan yang lebih baik saat terjadi bencana. Ibu juga merupakan sekolah pertama bagi anak-anaknya (Lubis & Hotni, 2021). Ibu memiliki peran yang lebih banyak untuk berpartisipasi memberi informasi kepada anak-anak dibandingkan ayah (Sulistyo, 2015). Sebagai *figure central* yang dicontoh oleh keluarga terutama anak, ibu dapat memberikan informasi terkait *psychological preparedness*. Hasil wawancara awal yang peneliti lakukan di Kecamatan Matangkuli pada tanggal 8 Agustus 2024 dengan tiga orang ibu didapatkan hasil bahwa mereka sudah menyiapkan hal-hal yang harus disiapkan pada saat memasuki musim hujan yang berpengaruh kepada psikologis subjek.

Berikut hasil wawancara tersebut:

“Tiap taun udah ada, tiap taun ada cut. Emang tamu itu hmm tamu spesial. Kadang-kadang akhir taun, kadang-kadang pertengahan, kadang lebaran hmm..kek kemaren hmm..lebaran haji yeu lebaran inilah ya. Maulid uronyan, bak pah ujeun sabe (maulid hari itu, waktu pas ujan selalu). Banjir kami udah siap-siap semua, semua udah ke atas semua. Ada, ada informasi dari dari orang-orang, dari mulut-ke mulut. Eee banjir jih katrok keno (eee banjirnya udah sampek sini) aaa kek gitu. Kajeut beeut, kajeut beeut, kajeut beut ju (udah bisa angkat, udah bisa angkat, udah bisa angkat teros) (N).

“Kalau udah banjir parah, paling-paling gendong anak ambil baju satu-satu seorang. Keperluan aja, maksudnya surat-surat kan, kartu-kartu apa, duit yang ada itu bawa terus. Selain barang-barang kek gitu mau bawa kemana, dah terendamlah terus di rumah. Gak ada tempat, enggak tinggi, kalau banjir enggak tinggi ya di rumah aja, paling-paling segini yang di rumah terus. Gak keluar gak ketempat yang tinggi gak ketempat pengungsian, kalau dah parah kali baru ngungsi. Dulu pernah, taun berapa ya banjir jam dua malam, nyan kok teuga ie (itu sangat kuat air), itu gak sempat bawa apa-apa, kain pun gak ada, gendong anak, pegang orang tua bawa terus. Selamatkan diri aja karena mati lampu pulak, jam 2 malam itu yang paling parah. Tapi kan disana (di pengungsian) enggak cukup tempat, sempit, jadi anak-anak lagi mati lampu enggak ada tempat tidur. Kami duduk aja, di meunasah juga udah penuh, pulang ke rumah, pulang teros ke rumah. Pulang ke rumah segini airnya, sepinggang. Pulang ke rumah tempat tidurnya ditaruk batu biar tinggi karena anak nangis enggak mau di tempat pengungsian. Gelap lagi (M).

“Kalau orang ini bilang ini udah mau dekat, bulan sepuluh biasanya. Bulan sepuluh, sembilan, dan nanti bulan duabelas paling kami mengungsi. Kalau rumah-rumah yang samping-samping ini, depan-depan itu naik itu. Kalau ada orang mengungsi tempat lain mengungsi tempat lain. Disini rame yang mengungsi ke meunasah, apalagi di sana lorong meunasah ada, itu semua meunasah. Karena di situ rumahnya pendek-pendek (R)”.

Dari hasil wawancara ketiga subjek, ditemukan bahwa pada saat memasuki musim hujan para ibu sudah mulai menyiapkan kebutuhan-kebutuhan utama. Selain itu, mereka juga memperoleh informasi terkait banjir yang akan terjadi dari tetangga yang terlebih dahulu terdampak banjir sehingga mereka bisa mengambil tindakan pencegahan seperti menyimpan barang ketempat yang aman dan membawa barang-barang berharga ke lokasi pengungsian. Kemudian para ibu ketika banjir tetap berusaha memberikan rasa aman bagi anak-anak, salah satu subjek akan kembali ke rumah kemudian mencari cara agar anaknya tenang dan bisa tidur dengan nyenyak. Selanjutnya para subjek sudah mengetahui lokasi yang dianggap aman sebagai tempat berlindung pada saat banjir terjadi, seperti

meunasah. Dengan mengetahui tempat pengungsian yang aman ketika banjir terjadi para ibu bisa lebih tenang dan dapat mengurangi tingkat cemas yang dirasakan. Kondisi ini juga berdampak positif pada kelancaran proses evakuasi. Dari hasil wawancara maka didapatkan bahwa para ibu memiliki pengetahuan terkait apa yang harus dilakukan dan dipersiapkan pada saat memasuki musim hujan.

Menurut Sinta & Utami (2022) jika banjir datang banyak para ibu merasa cemas dan memikirkan banyak hal terkait keadaan yang sedang terjadi, seperti kekhawatiran akan kondisi anak, tidak bisa memasak, kekhawatiran kehilangan harta benda dan surat berharga, dan lainnya yang pada akhirnya berdampak pada kecemasan. Tingkat kecemasan ibu berbeda-beda tergantung cara mereka mengatasi masalahnya (Sinta & Utami, 2022), terlebih bagi para ibu yang sudah memiliki anak, hal ini dikarenakan mereka tidak dapat menyelamatkan diri tanpa tahu apakah anak mereka sudah selamat atau belum, para ibu pada umumnya tidak hanya memikirkan bagaimana dirinya selamat tetapi juga bagaimana mereka bisa menyelamatkan anak dan keluarga (Suyito dkk., 2019).

Oleh karena itu para ibu yang memiliki *psychological preparedness* maka akan lebih siap dan tenang ketika hal tidak terduga terjadi. Hal ini dikarenakan pada saat banjir terjadi ibu memiliki peran ganda, selain harus memiliki kemampuan untuk diri sendiri ibu juga dituntut untuk menjaga anak dari ketidaknyamanan yang terjadi akibat banjir (Sulistyo, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Mamesah dkk., (2018) menjelaskan bahwa pada saat bencana terjadi para ibu rumah tangga berisiko mengalami

kecemasan, hal ini dikarenakan ibu memiliki tanggung jawab untuk merawat anggota keluarga dan menempatkan kebutuhan keluarga sebagai hal utama daripada diri sendiri. Selanjutnya perempuan memiliki peran sebagai *caregiver* atau pengasuh yang bisa mengalami ketidakseimbangan dalam merawat anak-anak dan pengelolaan rumah tangga sehingga terjadi peningkatan stres dan kecemasan (Mamesah dkk., 2018).

Seorang ibu yang memiliki kesiapan pada saat menghadapi banjir akan lebih mampu menjaga ketenangan dan mengelola emosi negatif di saat adanya situasi darurat. Ibu yang mempersiapkan mental dan emosional, dengan cara mengenali potensi risiko dan memiliki rencana evakuasi, dapat membantu dirinya dan keluarganya merasa lebih aman. Dengan adanya kesadaran, antisipasi dan kesiapan ibu diharapkan akan lebih dapat mengurangi dampak psikologis seperti stres dan kecemasan, serta turut memberi rasa aman bagi anak dan anggota keluarganya.

Penjelasan di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sinta dan Utami (2022) yang menjelaskan bahwa seorang ibu yang sudah mempersiapkan diri ketika bencana terjadi akan mengurangi tingkat kecemasan ibu dalam menghadapi banjir. Manfaat yang dapat dirasakan ketika kesiapsiagaan seseorang baik yaitu adanya penurunan resiko terjadinya bencana untuk jangka panjang dan juga meminimalisir kerugian yang akan terjadi baik secara fisik maupun psikologis (Sinta & Utami, 2022).

Psychological preparedness menurut Zulch (2019) adalah pada saat seseorang memiliki antisipasi terhadap ketidakpastian dan stres akibat bencana

maka nantinya ia mengetahui bagaimana cara mengelola strategi dan emosi termasuk dapat membantu orang lain, dengan adanya *psychological preparedness* yang dimiliki seseorang pada saat banjir dan setelah banjir maka nantinya dapat digunakan untuk mengatasi situasi seperti tekanan yang sedang dirasakan.

Berdasarkan analisis situasi dan permasalahan maka peneliti terdorong untuk melakukan kajian mengenai *psychological preparedness* pada ibu, hal ini dikarenakan minimnya penelitian terdahulu yang mengkaji terkait *psychological preparedness*.

1.2 Keaslian Penelitian

Berbagai sumber literatur dari studi sebelumnya menjadi landasan keaslian penelitian ini, seperti penelitian yang dilakukan oleh Marsha dkk., (2020) dengan judul “*Psychological Well-Being* Masyarakat yang Terdampak Banjir: Studi Kasus di Kecamatan Bati-Bati” yang menggunakan metode kuantitatif. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 5 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelima subjek mampu bertahan dalam bencana banjir karena mendapat dukungan dari lingkungan sekitar dan berhasil mengambil pelajaran berharga dari peristiwa yang dialaminya. Oleh karena itu, penelitian Marsha dkk., (2020) berbeda dengan penelitian ini yaitu membahas *psychological preparedness* pada ibu yang berlokasi di Kecamatan Matangkuli.

Penelitian selanjutnya berjudul “Tingkat Kesiapsiagaan Masyarakat dalam Menghadapi Bencana Banjir di Gampong Dayah Usen Kecamatan Meurah Dua Kabupaten Pidie Jaya” yang dilakukan oleh Sakdiah dan Zuhra (2022). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deksriptif. Penelitian ini

menggunakan sebanyak 56 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Gampong Dayah Usen Kecamatan Meurah Dua Kabupaten Pidie Jaya didapatkan hasil skor indeksnya dengan nilai 51, dimana masuk dalam kategori kurang siap. Oleh karena itu, penelitian Sakdiah dan Zuhra berbeda dengan penelitian ini yaitu membahas *psychological preparedness* pada ibu. Metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara dengan pendekatan studi kasus. Selanjutnya penelitian akan dilakukan di Kecamatan Matangkuli, Kabupaten Aceh Utara, Provinsi Aceh.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan Sinta dan Utami (2022) dengan judul “Tingkat Kecemasan Ibu dalam Menghadapi Banjir di Kelurahan Sangrah Kota Surakarta”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif korelasi. Penelitian ini menggunakan sebanyak 365 responden. Hasil Uji Spearman Rho didapatkan nilai *p value* sebesar 0,000 yang berarti *p value* 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kesiapsiagaan bencana dengan tingkat kecemasan ibu pada saat menghadapi bencana banjir di Kelurahan Sangrah. Oleh karena itu, penelitian Sinta dan Utami berbeda dengan penelitian ini yaitu membahas *psychological preparedness* pada ibu dalam menghadapi bencana banjir. Metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara dengan pendekatan studi kasus. Selanjutnya lokasi penelitian akan dilakukan di Kecamatan Matangkuli.

Penelitian selanjutnya berjudul “Analisis Kesiapsiagaan Bencana Banjir di Jakarta” yang dilakukan oleh Taryana dkk., (2022). Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data studi literatur. Hasil penelitian

menunjukkan bahwa kesiapsiagaan DKI Jakarta terhadap bencana banjir sudah dilakukan dengan baik, meliputi pemahaman risiko bencana, perencanaan tanggap darurat, pengaturan kebijakan, sistem peringatan dini, serta koordinasi dengan BMKG untuk memantau potensi cuaca ekstrem. Oleh karena itu, penelitian Taryana dkk., berbeda dengan penelitian ini yaitu membahas *psychological preparedness* pada ibu dalam menghadapi banjir di Kecamatan Matangkuli. Metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara dengan pendekatan studi kasus. Tempat penelitian di Kecamatan Matangkuli, Kabupaten Aceh Utara, Provinsi Aceh.

Penelitian selanjutnya berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Warga yang Tinggal di Daerah Rawan Banjir Khususnya Warga di Kelurahan Tikala Ares Kota Manado” yang ditulis oleh Lamba dkk (2017). Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian ini sebanyak 30 responden dengan 19 orang perempuan dan laki-laki 11 orang. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa responden terbanyak ialah responden yang termasuk kategori kecemasan sedang sebanyak 12 orang (40,0%). Kecemasan ringan ditemukan sebanyak 10 orang (33,3%) dan kecemasan berat sebanyak 6 orang (20,0%). Terdapat responden yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 2 orang (6,7%). Hal ini menunjukkan sebagian besar masyarakat yang berdomisili di daerah rawan banjir mengalami kecemasan dan terbanyak ialah kecemasan sedang. Oleh karena itu, penelitian Lamba dkk (2017) berbeda dengan penelitian ini yaitu membahas *psychological preparedness* pada ibu dalam menghadapi banjir di Kecamatan Matangkuli, yaitu daerah rawan banjir. Metode yang akan peneliti gunakan adalah metode kualitatif

dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara dengan pendekatan studi kasus. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah kepada para ibu.

1. 3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana aspek *psychological preparedness* ibu dalam menghadapi bencana banjir di Kecamatan Matangkuli?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui *psychological preparedness* ibu dalam menghadapi banjir di Kecamatan Matangkuli yang dilihat dari aspek *psychological preparedness*.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah:

- a. Hasil dari penelitian ini nantinya bisa dijadikan sebagai referensi dalam bidang ilmu psikologi, terutama pada mata kuliah Psikologi Kebencanaan, Manajemen Bencana, Kesehatan Mental dan Intervensi Bencana.
- b. Menambah pengetahuan dan pemahaman bagi ibu rumah tangga mengenai kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana banjir.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah:

a. Bagi Ibu

Penelitian ini dapat membantu para ibu di Kecamatan Matangkuli untuk lebih siap secara psikologis pada saat banjir dengan mengadakan program pelatihan *psychological preparedness* sehingga mereka dapat bertindak lebih efektif saat terjadi bencana.

b. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat untuk lebih siap menghadapi banjir tidak hanya selamat secara fisik tetapi juga tetap kuat secara psikologis terutama bagi ibu, seperti melakukan pelatihan kesiapsiagaan psikologis sederhana di tingkat dusun atau desa seperti cara menenangkan diri, menghadapi panik, atau menjaga ketenangan anak saat evakuasi.

c. Bagi Pemerintah

Temuan penelitian dapat memberikan informasi penting bagi pemerintah daerah dalam menyusun kebijakan dan program mitigasi bencana dengan mempertimbangkan aspek psikologis bagi masyarakat serta menyediakan modul penguatan mental bagi ibu dalam program pelatihan penanggulangan bencana, atau menyediakan layanan dukungan psikologis berbasis komunitas yang mudah dijangkau oleh ibu.