

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bencana merupakan suatu peristiwa yang mengganggu dan mengancam kehidupan masyarakat, baik yang disebabkan oleh faktor alam, non-alam, dan ulah manusia. Dampaknya meliputi hilangnya nyawa, harta benda, kerusakan lingkungan dan fasilitas umum. Selain itu, seringkali terdapat dampak psikologis yang signifikan terhadap masyarakat luas. Indonesia adalah salah satu daerah yang paling rentan terhadap bencana. Berdasarkan data *World Risk Report 2022*, skor indeks risiko Indonesia pada 2021 sebesar 41,46 poin dan menduduki peringkat ketiga (Mustajab, 2022). Kondisi ini disebabkan oleh tektonisme Indonesia yang menjadi tempat bertemunya tiga lempeng dunia: Pasifik, Eurasia, dan Indo-Australia dan karena aktivitas vulkanisnya, Indonesia berfungsi sebagai jalur gunung api aktif yang dikenal sebagai cincin api pasifik atau *pacific ring of fire* (Hadi dkk., 2019).

Data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menunjukkan bahwa sejak awal tahun hingga 4 Desember 2022, terdapat 3.318 peristiwa bencana alam di seluruh Indonesia dan menurut laporan magma Indonesia, hingga Senin, 13 Desember 2021 tidak ada gunung api aktif berstatus level IV/Awas alias sedang meletus di Indonesia (Annur, 2022). Tetapi, ada tiga gunung berapi aktif di Indonesia yang saat ini berrada pada level III/Siaga sehingga masih memungkinkan terjadinya erupsi lebih lanjut. Salah satu dari ketiga gunung tersebut yaitu Gunung Sinabung.

Gunung Sinabung adalah salah satu gunung di Kabupaten Karo, Sumatera Utara. Gunung berapi dengan ketinggian 2460 meter ini terbentuk di permukaan laut ini terbentuk pada tepian Barat Laut patahan cekungan Toba Tua (Lubis dkk., 2019). Data Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana Geologi menunjukkan bahwa Gunung Sinabung mengalami letusan tidak menerus sejak 2013. Letusan ditandai dengan eksplosif disertai dengan pembentukan kubah lava di bagian puncak. Tingkat aktivitas ialah level III/Siaga sejak 20 Mei 2019. Hingga 19 Juli 2021, telah terjadi empat kali erupsi yang menghasilkan kolom erupsi dengan tinggi 700 – 1000 m. Kemudian pada tanggal 28 Juli 2021, pukul 13:20 WIB terjadi erupsi dengan tinggi kolom abu lk. 4500m, terekam di seismogram sebagai Gempa Letusan dengan amplitudo 120mm dan durasi 742 detik, yang mana erupsi ini diikuti awan panas letusan dengan jarak luncur 1000 ke arah timur dan 1000 ke arah tenggara (Santoso, 2021).

Gunung Sinabung selalu menjadi kebanggaan masyarakat Karo. Hal ini dikarenakan mata pencaharian utama masyarakat Karo adalah pertanian sehingga Kabupaten Karo sangat terkenal dengan hasil sayuran, bunga, dan buah-buahan yang mana hasil pertanian ini lah yang memenuhi kebutuhan produk pertanian Sumatera Utara (Nurwihastuti dkk., 2019). Kemudian keadaan tiba-tiba berubah dikarenakan letusan Gunung Sinabung yang memberikan kerugian cukup besar bagi masyarakat. Secara umum, Gunung Sinabung telah menyebabkan gangguan pada aspek sosial yang didasarkan atas kondisi lingkungan seperti kondisi iklim, sifat kepemilikan lahan, dan penentuan tanaman pertanian yang merupakan kehidupan ekonomi sosial masyarakat akibat terjadinya erupsi (Nainggolan dkk.,

2019).

Situasi Gunung Sinabung yang terus menerus mengeluarkan erupsi yang berkepanjangan dan terkadang muncul tiba-tiba serta sulit diprediksikan memaksa korban yang selamat (penyintas) untuk tinggal di pengungsian dan menimbulkan perasaan tidak nyaman bagi para penyintas, ditambah lagi dengan kondisi warga yang berasal dari daerah, agama dan suku yang berbeda-beda (Ginting & Juliandi, 2017).

Berdasarkan situasi tersebut, pemerintah memutuskan untuk merelokasi beberapa desa ke daerah yang lebih aman, yaitu kawasan Siosar di Kecamatan Merek. Lahan yang letaknya terpencil ini telah diizin secara resmi dan merupakan satu-satunya pilihan untuk lokasi perancangan untuk pemukiman relokasi masyarakat Gunung Sinabung (Indra, 2021). Sebelum terjadinya erupsi Gunung Sinabung, kawasan siosar merupakan kawasan hutan lindung yang kemudian dialih fungsikan sebagai tempat tinggal bagi para korban bencana erupsi dan setiap kepala keluarga diberikan bantuan tanah seluas 100 meter persegi untuk dijadikan perumahan dan lahan seluas setengah hektare (Kaban dkk., 2021).

Namun, dampak erupsi Gunung Sinabung tentu memberikan tekanan tersendiri bagi para pengungsi, dimana pengungsi rentan mengalami stres akibat situasi yang dialami. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa para pengungsi yang menetap berbulan-bulan di pengungsian menimbulkan beban psikologis yang amat berat dikarenakan pengungsi merasa sangat jenuh dalam situasi ketidakpastian dalam batas waktu yang tidak jelas, hilangnya rasa percaya diri karena merasa tidak berdaya lagi memanfaatkan

potensi produktif yang telah lama mereka pelihara, hilangnya privasi, dan timbul keresahan pada keluarga-keluarga usia produktif terkait dengan kesempatan mendapatkan pekerjaan dimasa yang akan datang sehubungan dengan kerusakan pada lahan-lahan pertanian mereka (Depari & Sitepu, 2019).

Menurut Sukadiyanto (2010), stres dapat didefinisikan sebagai tekanan atau perasaan yang menekan seseorang, dimana hal ini dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara harapan yang diinginkan dan kenyataan yang ada, baik keinginan yang jasmaniah maupun rohaniyah. Kemudian, Sarafino juga mendefinisikan stres sebagai tekanan yang datang dari dalam dan dari luar individu, serta masalah kehidupan lainnya (Muslim, 2020).

Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan pada tanggal 9 April 2023 dengan penyintas erupsi Gunung Sinabung, mengatakan bahwa:

Subjek ET menjelaskan dalam wawancaranya:

“Kalau sekarang sih jarang nak, tapi kadang mau juga lah tigan panik tiba-tiba, tapi lebih ke jantung berdebar aja atau kalau teringat kondisi sebelum dipindahkan ini jadinya sedih tigan. Dibilang anak tigan jangan murung-murung, tapi namanya perasaan kan susah nak. Gak mudah ngelewati masa-masa setelah ngalami erupsi ini. Soalnya yang terakhir kali itu memang besar kali ngasih dampak ke kami tapi mau gimana lagi. Kuasa Tuhan itu nak”

Wawancara diatas menjelaskan bahwa subjek ET masih merasakan dampak dari kondisi erupsi Gunung Sinabung dan masih menunjukkan gejala stres seperti panik dan jantung berdebar, yang mana hal ini dipicu dari ingatan mengenai peristiwa erupsi yang dialami. Ini sejalan dengan pendapat Sukadiyanto (2010) yang menyatakan bahwa seseorang yang mengalami stres dapat dilihat melalui

dua gejala, yaitu gejala fisik seperti gangguan jantung, tekanan darah tinggi, ketegangan otot, sakit kepala, telapak tangan dan atau kaki terasa dingin, pernapasan tersengal-sengal, perut terasa mual-mual, gangguan pencernaan, susah tidur, pada perempuan akan mengalami gangguan menstruasi serta gangguan seksual, dan gejala psikologis, ditandai dengan perasaan yang selalu gugup dan cemas, peka, mudah tersinggung, gelisah, kelelahan yang luar biasa, enggan melakukan aktivitas, penurunan kemampuan kerja dan penampilan, perasaan takut, pemusatan diri yang berlebihan, hilangnya spontanitas, isolasi dan phobia.

Greenberg menyatakan saat individu berada pada situasi yang menyebabkan stres maka individu tersebut akan terdorong untuk melakukan perilaku *coping* (Lubis dkk., 2015). Menurut Folkman, Lazarus, Gruen dan DeLongis, strategi *coping* didefinisikan sebagai perilaku seseorang yang terus berubah dengan upaya kognitif dan perilaku yang mengelola tuntutan eksternal atau internal khusus yang dirasa berat atau melebihi sumber daya yang dimiliki (Miranda, 2013).

Strategi koping adalah upaya seseorang untuk mengatasi stres yang dihadapi secara sadar (Hidayanti, 2013). Hal ini berhubungan dengan *pernyataan subjek mengenai strategi koping yang dilakukan*.

Subjek inisial ET menjelaskan dalam wawancaranya:

“Kalau tigan ya lebih ke cari kawan cerita, entah ke anak atau saudara. Terus berdoa sama Tuhan, itu aja lah palingan. Kayak tigan bilang waktu itu, ambil positifnya aja, pasti ada hal baik dibalik kejadian ini”

Hasil wawancara menunjukkan bahwa subjek menggunakan koping dalam situasi yang menekan. Menurut Lazarus dan Folkman (1984), ada dua jenis

koping berbeda yang dapat digunakan, yaitu koping yang berfokus pada masalah, mirip dengan strategi yang digunakan untuk pemecahan masalah dan koping berfokus pada emosional, yaitu merupakan proses kognitif yang bertujuan untuk mengurangi tekanan emosional. *Coping* yang efektif untuk dilaksanakan adalah jenis koping yang dapat membantu seseorang mengatasi dan menerima keadaan yang menekan, sehingga mereka tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat mereka kontrol (Lubis dkk., 2015).

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui bentuk strategi *coping* yang digunakan oleh penyintas bencana erupsi Gunung Sinabung di Desa Siosar Kabupaten Karo.

1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian ini didasarkan pada beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki tema yang hampir sama, tetapi berbeda dalam hal subjek, jumlah, dan posisi variabel atau metode analisis yang digunakan.

Penelitian terkait yaitu penelitian yang dilakukan oleh Itsnaini (2007) dengan judul “Gambaran *Coping Stress* Wanita Penyintas Usia Dewasa Madya Pasca Gempa Bumi di Klaten”. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi dan terdiri dari dua subjek. Menurut penelitian ini, bukan jenis *coping* yang dipilih atau digunakan yang menentukan efektivitas proses *coping*; sebaliknya, itu adalah bagaimana individu menggunakan bentuk-bentuk *coping* yang sesuai dengan masalah dan situasi mereka. Temuan menunjukkan bahwa dukungan sosial mendukung subjek untuk melakukan *coping*

dengan baik dan benar. Sesuai dengan kebutuhan individu, pihak yang terlibat dalam fenomena ini dapat memberikan dukungan fisik dan mental. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari konteks bencana dan model penelitian, yaitu Itsnaini berfokus pada bencana gempa bumi dengan model fenomenologi sedangkan peneliti berfokus pada bencana gunung berapi dengan model studi kasus.

Selanjutnya penelitian dengan judul “*Volcanic Risk Exposure, Feelings of Insecurity, Stress, And Coping Strategies in Mexico*” yang dilakukan oleh Esperanza dan Luisa (2008) kepada 198 orang dewasa. Penelitian ini menggunakan metode kuesioner dengan *haphazard sampling* dalam memilih peserta. Penelitian ini menyimpulkan bahwa perasaan tidak aman mempengaruhi tingkat stres. Peneliti menemukan bahwa zona risiko memoderasi strategi koping aktif, sehingga orang yang tinggal di zona risiko dan yang menggunakan strategi koping lebih aktif melaporkan tingkat stres tertinggi. Disaat yang bersamaan, orang-orang yang tinggal di zona ini dan yang menggunakan koping pasif melaporkan tingkat stres yang lebih rendah. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari metode, lokasi, dan tema penelitian. Pada penelitian ini kuantitatif kuesioner, berlokasi di Meksiko dan berfokus pada perasaan tidak aman yang mempengaruhi tingkat stres, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus dan berlokasi di Desa Siosar Kabupaten Karo.

Penelitian yang dilakukan oleh Depari (2015) dengan judul “*Gambaran Coping Stress Penyintas Dalam Menghadapi Bencana Erupsi Gunung Sinabung di Kabupaten Karo*”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif-deskriptif dan sampel penelitian sebanyak 141 penyintas yang diambil dengan teknik *insidental*

sampling. Penelitian ini menyimpulkan bahwa subjek menggunakan kedua orientasi *coping* baik *Approach* maupun *avoidance*, dengan kategori sebagian besar subjek tergolong tinggi dengan menggunakan *Strategi Logical Analysis, Positive Reappraisal, Problem Solving, Cognitive Avoidance, Acceptance/Resignation*, dan *Seeking Alternative Reward*, tergolong sedang dalam menggunakan strategi *Seeking Guidance And Support*, dan tergolong rendah dalam menggunakan strategi *Emotional Discharge*. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari metode dan teknik *sampling* yang digunakan. Penelitian Depari menggunakan kuantitatif deskripsi dengan teknik *insidental sampling* dan peneliti menggunakan metode kualitatif studi kasus dengan teknik *purposive sampling*

Kemudian pada penelitian “*Emotion and Coping Strategies During an Episode of Volcanic Activity and Their Relations to Place Attachment*” yang dilakukan oleh Ruiz dan Hernandez (2014) kepada 265 orang dari berbagai kota di pulau El Hierro. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan pendekatan *quota sampling*. Penelitian ini menemukan bahwa tingkat ketakutan, kemarahan, kehilangan dan konfrontasi aktif lebih tinggi di kota terdekat dengan proses vulkanik daripada di kota-kota lain di pulau tersebut. Peneliti mengelompokkan strategi koping menjadi tiga yaitu analisis, denial dan koping aktif. Strategi koping pasif lebih sering terjadi di daerah yang jauh dari gunung berapi dimana interaksi manusia-lingkungan berkontribusi terhadap emosi kehilangan tidak ada dan orang tidak boleh mengalami gangguan tempat. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari tema dan tujuan penelitian, yaitu Ruiz dan Hernandez berfokus pada emosi dan strategi koping yang berkaitan dengan tempat tinggal sedangkan

peneliti berfokus pada strategi *coping* stress berdasarkan bentuk *coping*.

Penelitian selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Rachmatan (2005) dengan judul “Metode-Metode Mengatasi Stres Akibat Tsunami Pada Keluarga Korban Tsunami Aceh”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus yang dilakukan pada tiga orang subjek. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa pendekatan untuk mengatasi stres bergantung pada sumber stres yang dihadapi. Kemudian dapat disimpulkan bahwa pada subjek yang keluarganya selamat, pendekatan yang berfokus pada masalah digunakan lebih banyak, sedangkan pada subjek yang keluarganya hilang, pendekatan yang berfokus pada emosional lebih banyak digunakan. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari tujuan penelitian dan konteks bencananya. Putri dan Rachmatan bertujuan menemukan metode yang digunakan oleh keluarga korban akibat tsunami, sedangkan peneliti bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* berdasarkan bentuk *coping* yang digunakan.

Penelitian selanjutnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ibañez dkk. (2004) dengan judul “*Qualitative Analysis Of Coping Strategies Among Mexican Disaster Survivors*”. Penelitian ini menggunakan metode wawancara tidak terstruktur kepada 27 orang Meksiko. Temuan ini mengungkapkan bahwa mencari dukungan, mencari makna, pemecah masalah, dan penghindaran sebagai strategi *coping* utama di ketiga kota yang diteliti. Mencari dukungan merupakan strategi *coping universal* untuk penyintas bencana, sedangkan strategi *coping* lainnya bervariasi berdasarkan faktor konteks spesifik seperti jenis bencana, ketersediaan sumber daya, dan tahap pemulihan bencana. Perbedaan penelitian dapat dilihat

dari lokasi, yaitu penelitian Ibañez et al., dilakukan di tiga kota Meksiko, sedangkan peneliti berlokasi di desa Siosar.

Penelitian lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Khasan dan Widjanarko (2011) dengan judul “Perilaku *Coping* Masyarakat Menghadapi Banjir”. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif yang menggunakan desain fenomenologis dan dilakukan pada tiga orang subjek. Penelitian ini menyimpulkan bahwa masyarakat di Desa Setrolakangan Kudus menggunakan kedua jenis *coping*. Strategi pemecahan masalah yang terencana dan strategi coping konfrontatif adalah dua contoh problem focused coping yang paling menonjol. Sementara itu, pengalihan, penilaian positif dan penerimaan tanggung jawab berbeda untuk setiap orang. Perbedaan penelitian dapat dilihat dari konteks bencana dan lokasi, yaitu Khasan dan Widjanarko berfokus pada bencana banjir yang berlokasi di Desa Setrolakangan Kudus, sedangkan peneliti berfokus pada bencana gunung berapi dan berlokasi di Desa Siosar Kab. Karo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini adalah bagaimana strategi *coping* berdasarkan bentuk *coping* yang digunakan pada penyintas bencana erupsi Gunung Sinabung di Desa Siosar Kabupaten Karo?

1.4 Tujuan Masalah

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui strategi *coping* berdasarkan bentuk *coping* yang digunakan pada penyintas bencana erupsi Gunung Sinabung di Desa Siosar Kabupaten Karo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi pengetahuan kepada Program Studi Psikologi khususnya bidang psikologi klinis, psikologi sosial dan psikologi kebencanaan. Kemudian penelitian ini dapat pula menjadi bahan kajian lebih lanjut bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti tentang strategi *coping* pada penyintas bencana.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi para penyintas dengan mengetahui cara mengelola stres berdasarkan beberapa bentuk *coping* yang sesuai dengan situasi yang sedang dihadapi.

b. Bagi Pemerintah atau Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan membantu lembaga atau instansi yang berkaitan dengan penanggulangan bencana ketika membuat program atau kegiatan untuk penanganan psikologis kepada para penyintas bencana seperti psikoedukasi, pelatihan, dan rehabilitasi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi inspirasi dan menumbuhkan minat untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai permasalahan yang sama.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pemahaman mengenai strategi *coping* berdasarkan bentuk *coping* yang digunakan oleh penyintas bencana erupsi Gunung Sinabung.