

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *POST TRAUMATIC SYNDROME DISORDER* (PTSD) PADA KORBAN BENCANA TANAH LONGSOR DI DESA SIRNARESMI KECAMATAN CISOLOK KABUPATEN SUKABUMI

Woro Rahmanishati¹, Rosliana Dewi²

^{1,2}Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

²Faculty of Nursing, Lincoln University College Malaysia dan
wororahmanishati@dosen.stikesmi.ac.id

ABSTRAK

Negara Indonesia rawan bencana yang menyebabkan rasa trauma atau *post traumatic stress disorder* (PTSD). Diperlukan berbagai upaya untuk mengurangi PTSD salah satunya ialah dukungan sosial. Individu yang mendapat dukungan sosial bisa mengurangi trauma. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan *post traumatic syndrome disorder* (PTSD) pada korban bencana tanah longsor di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi. Dukungan sosial adalah keadaan bermanfaat dari orang lain yang menimbulkan efek perilaku bagi penerima. *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) adalah kecemasan patologis setelah mengalami/menyaksikan trauma berat. Bencana adalah peristiwa mengancam dan mengganggu kehidupan masyarakat mengakibatkan kerugian dan kehilangan. Jenis penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dan sampel sebanyak 38 orang. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner dan analisis statistik menggunakan uji *fisher's exact test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan dukungan sosial dengan *post traumatic syndrome disorder* (PTSD) (p -value 0,008). Kesimpulan, terdapat hubungan dukungan sosial dengan *post traumatic syndrome disorder* (PTSD) pada korban bencana tanah longsor di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi. Diharapkan penelitian ini menjadi masukan untuk mencegah PTSD dengan melakukan tindakan psikoterapi.

Kata Kunci : Dukungan Sosial, PTSD, Bencana Tanah Longsor

Pendahuluan

Wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia memiliki kondisi geologis, geografis, hidrologis, demografis dan sosiologis yang menjadikannya rawan terhadap bencana, baik bencana alam/non-alam, maupun bencana sosial. Data dan Informasi Bencana Indonesia (DIBI) BNPB (<http://dibi.bnpb.go.id/>) menunjukkan bahwa jumlah kejadian bencana dan korban meninggal per jenis kejadian bencana dalam periode antara tahun 1815-2018 terus meningkat. Dapat dikatakan bahwa dalam dua abad terakhir ini Indonesia telah mengalami ribuan bencana geologis maupun hidrometeorologis yang menimbulkan ratusan ribu korban jiwa manusia (Perka Kepala BNPB No. 12 Tahun 2012).

Berbagai dampak yang ditimbulkan oleh bencana alam, baik dampak yang kecil maupun dampak yang besar sangat merugikan bagi kelangsungan hidup manusia. Salah satu bentuk dampak yang paling banyak dirasakan oleh korban bencana alam adalah rasa trauma yang sangat dalam yang dialami oleh para korban. Hal ini diakibatkan oleh tekanan yang muncul dari rasa sakit yang diderita saat kejadian, kehilangan orang tercinta serta hilangnya harta benda serta perubahan akan kegiatan sosial (Rosada, 2017).

Orang-orang mengalami kehilangan rumah, pekerjaan, komunitas dan harta benda. Bencana alam membawa dampak pada kesejahteraan emosional dan sosial bagi semua pihak baik orang dewasa, remaja dan anak-anak. Korban bencana alam akan mengalami masalah kesehatan mental di masa mendatang akibat dari kejadian tersebut seperti kecemasan dan gangguan depresi (Puteri dan Sapienza dalam Elita, 2017).

Gangguan kecemasan dan stress yang dialami akibat bencana alam dikenal dengan gangguan stress pasca trauma (*post traumatic stress disorder*) atau lebih dikenal dengan PTSD (Nawangsih, E. 2016). PTSD adalah reaksi maladaptif yang berkelanjutan terhadap suatu pengalaman traumatis. PTSD berlangsung berbulan-bulan, bertahun-tahun, atau sampai beberapa dekade dan mungkin baru muncul setelah beberapa bulan atau tahun setelah adanya pemaparan terhadap peristiwa traumatis (Smith & Segal, 2008; Tentama, 2014).

Gejala-gejala yang ditunjukkan oleh penderita PTSD adalah: 1) merasakan kembali peristiwa traumatik dalam bentuk pikiran atau ingatan tidak menyenangkan tentang kejadian, mengalami mimpi buruk, dan mengalami perasaan menderita yang kuat saat mengingat kejadian traumatik, 2) menunjukkan gejala menghindar, terdiri atas usaha-usaha yang kuat untuk menghindari pikiran, perasaan atau pembicaraan mengenai kejadian traumatik, menghindari tempat-tempat yang mengingatkan akan trauma, kehilangan ketertarikan atas aktivitas-aktivitas positif, mengalami mati rasa emosional dan sulit untuk merasakan kesenangan atau kebahagiaan, dan 3) gejala *Hyperarousal* yang ditandai dengan kesulitan tidur, gelisah, sulit berkonsentrasi, mudah marah dan mengalami kebingungan (Koentara dalam Elita, 2017).

Hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar korban bencana alam mengalami PTSD. Hasil penelitian Elita (2017) tentang *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) bagi penderita gangguan stress pasca bencana menunjukkan bahwa hampir seluruh korban bencana mengalami dampak psikologis yang sangat besar berupa trauma dan stress pada individu, keluarga dan masyarakat dalam jangka waktu sedang dan lama. Hasil penelitian lain yaitu Endiyono (2018) tentang gambaran PTSD Korban Bencana Tanah Longsor di Dusun Jemblung Kabupaten Banjarnegara menyimpulkan bahwa sebagian besar responden atau sebanyak 80% digambarkan secara deskriptif mengalami PTSD. Kedua hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kejadian bencana alam hampir selalu mengakibatkan trauma atau PTSD pada korban bencana alam.

Berdasarkan penelitian Morris dan Rao, penyebab PTSD tidak diketahui secara pasti, tetapi beberapa faktor psikologis dan sosial mampu menjadi faktor pengembangan PTSD (Nuraini, 2019). Hasil penelitian Wagner, Monson dan Hart (2016) menunjukkan salah satu faktor terpenting yang memprediksi adanya gangguan stress pasca trauma (PTSD) adalah dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi PTSD. Individu yang mendapatkan dukungan sosial berupa emosional dari orang disekitarnya untuk saling berbagi dan bercerita mengenai perasaan dan pengalaman traumatik, dapat sembuh lebih cepat dibanding dengan mereka yang tidak mendapatkan dukungan. Selain itu beberapa hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang ikut menentukan trauma yang dialami para korban bencana alam (Tentama, 2014).

Dukungan sosial menyebabkan korban bencana alam lebih diperhatikan. Korban yang merasa mendapatkan dukungan sosial secara emosional akan merasakan perasaan lega karena

merasa diperhatikan, mendapatkan arahan atau saran maupun kesan yang dirasa menyenangkan pada dirinya (Jannah, 2019). Dukungan sosial dapat melindungi individu dari efek yang timbul dari peristiwa-peristiwa negatif. Individu yang mendapat dukungan oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial dibutuhkan individu agar dapat menjadi pribadi yang kuat dan dapat mengatasi setiap permasalahan hidup. Individu yang mendapat dukungan sosial baik dari keluarga, teman atau lingkungannya akan lebih mampu menghadapi kesusahan atau kesulitan dibandingkan individu yang kurang menerima dukungan tersebut.

Salah satu bentuk bencana alam yang paling banyak menyebabkan PTSD adalah bencana tanah longsor. Tanah longsor adalah runtuhnya tanah secara tiba-tiba atau pergerakan tanah atau bebatuan dalam jumlah besar secara tiba-tiba atau berangsur yang umumnya terjadi di daerah terjal yang tidak stabil. Tanah longsor bisa terjadi karena lereng yang gundul serta kondisi tanah dan bebatuan yang rapuh. Hujan deras adalah pemicu utama terjadinya tanah longsor. Tetapi tanah longsor dapat juga disebabkan oleh gempa atau aktivitas gunung api. Ulah manusia juga bisa menjadi penyebab tanah longsor seperti penambangan tanah, pasir dan batu yang tidak terkendali (Kemenkes, 2016).

Kejadian tanah longsor tersebar hampir di seluruh wilayah Indonesia dan salah satu wilayah dengan potensi kejadian tanah longsor atau rawan tanah longsor yang tinggi yaitu wilayah Kabupaten Sukabumi Provinsi Jawa Barat. Bencana tanah longsor telah melanda Desa Sirnaresmi, Kecamatan Ciselok, Kabupaten Sukabumi pada akhir Desember 2018 menimbun puluhan rumah dan korban meninggal dunia berjumlah 33 jiwa, dan 1 korban tidak ditemukan (BPBD, 2019). Hal ini tentu saja menimbulkan dampak psikologis yang tidak ringan bagi korban bencana dan bagi warga di daerah bencana.

Metode

Jenis Penelitian Yang Digunakan Dalam Penelitian Ini Adalah Penelitian Korelasional Dengan Pendekatan *Cross Sectional*. Populasi Dan Sampel Dalam Penelitian Ini Sebanyak 17 Orang Dengan Teknik Pengambilan Sampel Menggunakan *Total Sampling*. Analisis Univariat Dalam Penelitian Ini Membagi Data Menjadi 2 Kategori Berdasarkan Distribusi Frekuensi Dan Nilai Median. Analisis Bivariat Dalam Penelitian Ini Menggunakan Uji Uji *Fisher's Exact Test*.

Hasil

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Gambaran Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	f	%
1	Pendidikan		
	SD	30	78,9
	SMP	5	13,2
	SMA	3	7,9
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	21	55,3
	Perempuan	17	44,7
3	Pekerjaan		
	Belum Bekerja	24	63,2
	Bekerja	14	36,8
4	Status Perkawinan		
	Belum Menikah	3	7,9
	Menikah	34	89,5
	Janda/Duda	1	2,6

5	Jumlah Anggota Keluarga		
	0	1	2,6
	2	2	5,3
	3	14	36,8
	4	14	36,8
	5	3	7,9
	6	3	7,9
	7	1	2,6

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD yaitu sebanyak 30 orang (78,9%), sebagian besar responden merupakan laki-laki yaitu sebanyak 21 orang (55,3%), sebagian besar responden belum bekerja yaitu sebanyak 24 orang (63,2%), sebagian besar responden telah menikah yaitu sebanyak 34 orang (89,5%), sebagian besar responden yang beranggota keluarga sejumlah 3 dan 4 orang yaitu masing-masing sebanyak 14 orang (36,8%).

2. Analisa Univariat Variabel

Tabel 2 Hasil Deksriptif Univariat Dukungan Sosial

No	Dukungan Sosial	f	%
1	Mendukung	27	71,1
2	Tidak Mendukung	11	28,9
	Total	38	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa bahwa sebagian besar responden yang mendapatkan dukungan sosial yaitu sebanyak 27 orang (71,1%).

Tabel 3 Hasil Analisis Butir Instrumen Dukungan Emosional

No.	No. Item	Uraian Pernyataan Dukungan Emosional	\bar{x}	Kategori
1	1	Keluarga memperhatikan kondisi saya setelah terjadi bencana longsor	4,74	Mendukung
2	3	Keluarga menanyakan masalah kebutuhan saya setelah bencana terjadi	4,29	Mendukung
3	4	Banyak orang yang datang memberikan semangat setelah bencana tanah longsor terjadi	4,32	Mendukung
4	5	Keluarga mendengarkan keluhan saya setelah bencana tanah longsor terjadi	4,34	Mendukung
		Rata-rata total indikator dukungan emosional	4,42	Mendukung

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pada semua indikator dukungan emosional, responden menilai mendapatkan dukungan sosial. Nilai rata-rata indikator keluarga memperhatikan kondisi responden setelah terjadi bencana longsor memiliki nilai rata-rata tertinggi.

Tabel 4 Hasil Analisis Butir Instrumen Dukungan Instrumental

No.	No. Item	Uraian Pernyataan Dukungan Instrumental	\bar{x}	Kategori
1	7	Masyarakat sekitar membantu saya dalam mendapatkan air bersih	3,47	Mendukung
2	8	TIM Relawan membantu saya mendapatkan sarana kesehatan setelah pasca bencana	3,42	Mendukung
3	9	Masyarakat sekitar membantu saya mendapatkan tempat tinggal setelah bencana tanah longsor terjadi	2,82	Mendukung
4	10	Masyarakat sekitar membantu saya mendapatkan sarana pakaian, makanan dan lokasi aman.	2,61	Mendukung
Rata-rata total indikator dukungan instrumental			3,08	Mendukung

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa pada semua indikator dukungan instrumental responden menilai mendapatkan dukungan sosial. Nilai rata-rata indikator masyarakat sekitar membantu responden dalam mendapatkan air bersih memiliki nilai rata-rata tertinggi.

Tabel 5 Hasil Analisis Butir Instrumen Dukungan Instrumental

No.	No. Item	Uraian Pernyataan Dukungan Informasional	\bar{x}	Kategori
1	11	Keluarga dan masyarakat sekitar memberikan informasi mengenai bantuan untuk korban tanah longsor	2,92	Mendukung
2	12	Korban lain mengingatkan saya tentang semua informasi yang ada untuk korban bencana tanah longsor	3,32	Mendukung
3	13	Korban lain mengingatkan saya saat jadwal musyawarah terkait bencana tanah longsor terjadi	3,84	Mendukung
4	15	Saya mendapat kemudahan mendapatkan informasi tentang korban bencana tanah longsor	3,11	Mendukung
Rata-rata indikator dukungan Informasi			3,30	Mendukung

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa pada semua indikator dukungan informasional responden menyatakan mendapatkan dukungan, nilai rata-rata pada indikator korban lain mengingatkan responden saat jadwal musyawarah terkait bencana tanah longsor terjadi memiliki nilai rata-rata tertinggi.

Table 6 Analisis Butir Instrumen Dukungan Penghargaan

No	No. Item	Uraian Pernyataan Dukungan Penghargaan	\bar{x}	Kategori
1	17	Lingkungan masyarakat dapat menerima kondisi saya setelah bencana longsor terjadi	2,92	Mendukung
2	18	Saya selalu di libatkan dalam acara musyawarah warga setelah bencana longsor terjadi	3,32	Mendukung
3	19	Masyarakat sekitar menyambut positif ketika saya menyempatkan hadir pada setiap kegiatan bersama	3,84	Mendukung
Rata-rata indikator dukungan Informasi			3,30	Mendukung

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa pada semua indikator dukungan penghargaan responden menyatakan mendapatkan dukungan. Nilai rata-rata indikator masyarakat sekitar menyambut positif ketika responden menyempatkan hadir pada setiap kegiatan bersama memiliki nilai rata-rata tertinggi.

Tabel 7 Hasil Deskriptif Variabel *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD)

No.	PTSD	f	%
1	Rendah	12	31,6
2	Tinggi	26	68,4
	Total	38	100,0

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) yang tinggi sebanyak 26 orang atau sebesar 68,4%.

3. Analisa Bivariat

Tabel 8 Hubungan Dukungan Sosial dengan *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD)

Dukungan Sosial	PTSD		Total		P-value
	Rendah	Tinggi	f	%	
	f	%	f	%	
Mendukung	12	44,4	15	55,6	0,008
Tidak Mendukung	0	0	11	100,0	
Total			38	100,0	

Berdasarkan tabel 8 dapat dilihat bahwa responden yang menyatakan mendapatkan dukungan sosial sebagian besar memiliki *post traumatic stress disorder* (PTSD) yang tinggi yaitu sebanyak 15 orang atau sebesar 55,6%. Hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* diperoleh $p = 0,008$, namun berdasarkan hasil penelitian terdapat beberapa kriteria yang tidak memenuhi syarat uji *Chi Square* diantaranya adalah terdapat nilai 0, terdapat nilai frekuensi harapan < 5 dengan presentase $> 20\%$. Maka peneliti menggunakan uji alternatif lain yaitu dengan menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dengan nilai $p = 0,008$, berdasarkan hipotesis awal jika $p < 0,05$ maka H_0 di tolak, hal ini berarti menunjukkan terdapat hubungan dukungan sosial dengan *post traumatic stress disorder* (PTSD) di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi.

Pembahasan

1. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

a. Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan mendapat dukungan sosial, sedangkan hanya sebagian kecil responden yang menyatakan tidak mendapat dukungan sosial.

Menurut Kuntjoro, dukungan sosial adalah informasi verbal atau nonverbal, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya. Dalam hal ini, orang

yang merasa memperoleh dukungan sosial secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya (Maharani, 2019).

Responden menyatakan mendapat dukungan pada semua indikator dukungan emosional. Desa Sirnaresmi merupakan salah satu desa adat yang ada di Kabupaten Sukabumi. Suasana kekerabatan dan keearatan hubungan di antara penduduk masih begitu kuat sehingga perhatian dan simpati bagi penduduk yang mengalami musibah terasa begitu besar. Korban bencana alam sampai saat penelitian dilakukan masih mendapatkan dukungan emosional dari warga yang berada di Desa Sirnaresmi.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden menyatakan mendapatkan dukungan pada semua indikator dukungan instrumental. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa korban bencana alam sudah di relokasi di tempat yang aman sekitar 1 km dari tempat terjadinya bencana tanah longsor sehingga tidak lagi harus bersusah payah untuk mencari tempat tinggal yang baru. Setiap keluarga korban bencana mendapatkan rumah dan letaknya tidak berjauhan dari para korban bencana yang lain. Sarana air bersih juga menjadi perhatian dalam bantuan terhadap para korban disamping bantuan dalam bentuk uang dan makanan pokok. Sampai satu tahun setelah kejadian bencana, selalu ada bantuan yang diberikan untuk para keluarga korban.

Hasil penelitian terhadap dukungan informasional, responden menyatakan mendapatkan dukungan pada semua indikator dukungan informasional. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa responden sering mendapatkan informasi terkait bencana tanah longsor dari sesama korban bencana atau masyarakat sekitarnya. Sesama korban bencana tanah longsor saling mengingatkan terkait jadwal musyawarah mengenai bencana tanah longsor, saling bertukar informasi mengenai bencana tanah longsor mulai dari informasi tentang cara mengurangi dampak bencana tanah longsor, informasi tentang tempat pengungsian yang aman bagi korban bencana, informasi tentang pendistribusian bantuan dari pemerintah ataupun masyarakat setempat.

Hasil penelitian tentang dukungan penghargaan menunjukkan responden menyatakan mendapatkan dukungan pada semua indikator dukungan penghargaan. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa responden mendapatkan perhatian dimana masyarakat selalu memberikan pandangan positif saat para korban bencana tanah longsor pada setiap kegiatan musyawarah terkait bencana tanah longsor serta diikutsertakan dan dilibatkan dalam pengambilan keputusan terkait bencana. Masyarakat menghargai dan menghormati para keluarga korban bencana tanah longsor karena para korban tentu lebih berpengalaman terutama jika berkaitan dengan kondisi saat bencana terjadi sehingga degala hal yang berkaitan tentang antisipasi bencana tanah longsor, para korban harus dilibatkan dalam musyawarah tersebut.

b. *Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki PTSD yang tinggi dan hanya sebagian kecil responden memiliki PTSD yang rendah.

PTSD adalah kecemasan patologis yang umumnya terjadi setelah seseorang mengalami atau menyaksikan trauma berat yang mengancam secara fisik dan jiwa orang tersebut (Yosep, 2016). Lori menyatakan bahwa peristiwa traumatis menyerang kehidupan manusia yang mengalami sebuah peristiwa besar yang di alaminya secara tiba-tiba, dan mengubah kehidupan manusia menjadi berantakan, setelah peristiwa tersebut sebagian individu tidak yakin untuk bisa hidup secara baik lagi seperti sebelum terkena bencana atau peristiwa traumatis.

Trauma merupakan suatu kejadian fisik atau emosional serius yang menyebabkan kerusakan substansial terhadap fisik dan psikologis seseorang dalam rentangan waktu yang relatif lama (Ardilla, Prastiti dan Meiyuntariningsih, 2019).

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi PTSD. Rata-rata usia responden dalam penelitian ini adalah 33 tahun yang berarti berada dalam kategori usia produktif. Pada usia produktif cenderung lebih mudah mendapatkan Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) yang tinggi setelah bencana terjadi yang diakibatkan oleh kehilangan orang-orang tersayang seperti kehilangan anak, istri, suami atau bahkan kehilangan seluruh anggota keluarganya, dan kehilangan benda-benda berharga seperti rumah, dokumen penting dan lain sebagainya yang membuat mereka lebih merasakan stress atau cemas karena tidak bisa berkumpul kembali dengan orang-orang yang tersayang atau bahkan mereka merasa stress atau cemas karena mendapatkan kerugian yang disebabkan oleh bencana tanah longsor terutama kerugian harta benda yang dimiliki. Oleh karena itu pada usia produktif cenderung memungkinkan memiliki PTSD yang lebih tinggi daripada usia remaja atau bahkan usia lanjut (Anam, Martiningsih dan Ilus, 2016).

Jenis kelamin merupakan faktor resiko lainnya yang mempengaruhi PTSD. Menurut Jose, perempuan memiliki risiko lebih besar mengalami stress psikologis akibat terpapar bencana karena perempuan lebih rentan ketika terkena kejadian traumatis. Persepsi terhadap suatu kejadian, perempuan lebih subjektif dalam memandang suatu ancaman dibandingkan dengan sifat objektifnya hal ini berbeda dengan laki-laki (Anam, Martiningsih dan Ilus, 2016 ; Boztas et al, 2019). Hasil penelitian Estiadewi dkk (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan jenis kelamin dengan PTSD. Jenis kelamin erat kaitannya dengan peningkatan resiko kejadian PTSD dimana perempuan memiliki resiko lebih tinggi untuk terkena PTSD yang lebih berat dibandingkan dengan laki-laki (Seponski et al, 2018 ; Tay et al, 2017).

Pekerjaan adalah faktor lain yang mempengaruhi PTSD. Hasil penelitian Boztas et al (2019) menunjukkan bahwa pekerjaan akan membawa dampak yang cukup berarti pada peningkatan PTSD dari korban bencana. Penelitian Mahalingam (2017) juga menyatakan bahwa peningkatan resiko PTSD akan sedikit banyak ditentukan oleh pekerjaan yang dimilikinya. Pekerjaan merupakan kegiatan individu yang melekat pada seseorang sehingga dengan pekerjaan, seseorang menggantungkan pendapatan untuk membiayai hidupnya. Bencana alam seringkali menyebabkan kehilangan nyawa, harta benda dan tentu saja pekerjaan yang dimilikinya.

Seluruh korban bencana di Desa Sirnaresmi menggantungkan hidupnya pada pertanian dimana hampir seluruh lahan pertanian letaknya ada di daerah yang terkena bencana. Hal ini mengakibatkan seluruh kepala keluarga yang menjadi korban bukan saja kehilangan tempat tinggal tapi juga kehilangan mata pencaharian mereka. Sehingga mereka merasa kehilangan pendapatan yang selama ini menjadi sumber penghidupan mereka.

Hasil penelitian ini mengungkapkan berbagai hal dari PTSD yang mereka alami berdasarkan fakta dilapangan, masyarakat mengatakan bahwa mereka masih sering mengalami trauma setelah bencana tanah longsor terjadi sampai saat ini. Masyarakat mengatakan bahwa akibat hal tersebut masyarakat lebih sering mengalami stress yang ditandai dengan sering gelisah, mudah tersinggung jika ada yang menanyakan mengenai bencana tanah longsor, mudah sakit, merasa frustrasi karena kehilangan orang yang disayangi, tidak lagi memiliki semangat yang tinggi untuk bekerja atau melakukan aktivitas yang biasa dilakukan sebelum bencana

tanah longsor terjadi, sering melamun, dan mudah panik ketika mendengar suara-suara gemuruh hujan atau petir, masyarakat mengatakan sering mengalami gangguan tidur diantaranya selalu cemas pada saat malam hari, sering bermimpi buruk yang berkaitan dengan bencana tanah longsor dan bahkan tidak bisa tidur.

2. Analisis Deskriptif Bivariat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan PTSD. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dworkin et al (2018) yang menyatakan bahwa dukungan sosial secara signifikan berpengaruh negatif terhadap PTSD yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan terhadap seseorang akan mengurangi PTSD. Hasil penelitian Tentanma (2018) dan Liu et al (2017) menunjukkan hal yang sama bahwa dukungan sosial yang diberikan terhadap seseorang yang menderita PTSD akan berdampak pada berkurangnya level PTSD yang dideritanya.

Menurut Zimet dkk, dukungan sosial terdiri dari tiga domain yaitu dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan orang terdekat di masyarakat (Mawaddah, 2019). Dukungan dari ketiga domain tersebut tentu saja sangat diperlukan dalam upaya mengurangi PTSD karena mereka merupakan orang-orang yang dekat dan dipercaya oleh para korban bencana tanah longsor. Selain itu Sippel, Pietrzak, Mayes, & Southwick menyatakan bahwa dukungan sosial mengacu pada penyediaan sumber daya psikologis dan material jejaring sosial yang ditujukan untuk memberi manfaat bagi kapasitas individu untuk mengatasi stress dan trauma yang panjang (Rahmat, Komariah dan Setiawan, 2019).

Level PTSD akan sangat bergantung kepada dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman dan masyarakat sekitar. Korban bencana dengan trauma yang dimilikinya jika mendapat dukungan sosial seperti mendapatkan perhatian, pemberian nasihat, merasa dipahami dan dimengerti akan dianggap korban bencana sebagai sesuatu yang ada untuk dirinya sehingga merasa mendapatkan penghargaan yang tinggi dari orang lain dan mempunyai keyakinan dapat bangkit dari rasa trauma yang di alaminya. Hal ini mengakibatkan PTSD yang dialami akan menurun karena dukungan sosial dapat membantu perkembangan pribadi menjadi lebih positif, memberi support pada individu dalam menghadapi masalah hidup pasca bencana (Ardilla, Prastiti dan Meiyuntariningsih, 2019).

Menurut Cobb, Sarafino dan Zimet, dukungan sosial merupakan bentuk informasi yang menjadikan seseorang percaya bahwa dirinya begitu diperhatikan dan dicintai, dihargai dan dihormati, dan dianggap sebagai bagian dari sebuah komunitas. Dukungan sosial yang baik adalah ketika seseorang memiliki persepsi positif terhadap dukungan tersebut dan merasa nyaman atas segala bentuk perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diterimanya (Apriyani, 2018). Hal ini memungkinkan bagi orang yang mengalami PTSD akan merasa mereka mendapatkan dukungan yang kuat dan sepenuh hati dari lingkungan sekitar dan meskipun kondisi mereka terpuruk akan mendapatkan keyakinan untuk bangkit karena mereka merasa tidak ditinggalkan dan malah merasa diperhatikan dan dihargai dan tetap dianggap menjadi bagian dari komunitas sekitarnya.

Fakta dilapangan menunjukkan secara perlahan PTSD yang dialami oleh para korban bencana mulai menurun. Selain seiring berjalannya waktu, mereka juga selalu mendapatkan dukungan sosial yang tinggi dari keluarga, teman dekat dan masyarakat sekitar yang tidak henti-hentinya terus berusaha untuk menemani, menghibur para korban. Sehingga secara perlahan kondisi traumatis para korban semakin berkurang.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar korban bencana tanah longsor di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi mendapatkan dukungan sosial, memiliki tingkat *post traumatic stress disorder* (PTSD) tinggi. Terdapat hubungan dukungan sosial dengan *post traumatic stress disorder* (PTSD) di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi.

Saran

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi instansi terkait dalam pencegahan trauma yang dialami korban bencana tanah longsor dengan melakukan tindakan psikoterapi yang merupakan salah satu pilihan untuk mengatasi *post traumatic stress disorder* (PTSD). Tindakan psikoterapi yang bisa diberikan yaitu melalui terapi perilaku kognitif, terapi eksposur dan terapi *eye movement desensitization and reprocessing* (EMDR). Pemerintahan setempat juga bisa melakukan tindakan kesiapsiagaan bencana tanah longsor untuk penanggulangan bencana agar masyarakat siap dan siaga dalam menghadapi bencana. Selain itu penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar oleh peneliti lain untuk melakukan penelitian yang sejenis dengan variabel dan metode yang berbeda.

Daftar Pustaka

- Agustin, Windi., et al. 2017. Tingkat Kesiapsiagaan Masyarakat Terhadap Bencana Banjir di Kelurahan Sine Kecamatan Sragen Kabupaten Sragen Jawa Tengah. *FKIP Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta*, Hal : 285-290.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition "DSM-5"*. Washinton DC: American Psychiatric Publishing. Washinton DC
- Anam, A. K., Martiningsih, W., & Ilus, I. (2016). Post-Traumatic Stress Disorder of Kelud Mountain's Survivor Based on Impact of Impact of Event Scale Revised (IES-R) in Kali Bladak Nglegok District Blitar Regency. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 3 (1), 46-52
- Anam, C. (2018). Intervensi Psikososial Untuk Menurunkan PTSD dan Meningkatkan Resiliensi Warga Penyintas Bencana Tanah Longsor di Banjarnegara
- Ardilla, H., Prastiti, N. T., & Meiyunta, T. (2019). Efektivitas Expressive Art's Therapy Untuk Menurunkan Post Traumatic Stress Disoreder (PTSD) Pada Anak Korban Gempa Bumi Di Kecamatan Gunungsari, Nusa Tenggara Barat Ditinjau Dari Dukungan Sosial. *Prosiding 1st Seminar Nasional Dan Call For Paper* , 28-32.
- Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- BNPB. (2017). *Buku Pedoman Latihan Kesiapsiagaan Bencana*.
- Budhiana, J. (2017). *Modul Biostatistika Dan Analisis Data Penelitian*. Sukabumi: Stikes Kota Sukabumi.
- Dworkin, E. R. (2018). Risk For Mental Disorders Associated With Sexual Assault: A Meta-Analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 1-18.

- Elita, Y. (2017). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Bagi Penderita Gangguan Stress Pasca Bencana. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Volume 5 Nomor 2, Hlm 97-101
- Endiyono. (2018). Gambaran Post Traumatic Stress Disorder Korban Bencana Tanah Longsor di Dusun Jemblung Kabupaten Banjarnegara. *Medisains, Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*. Vol.16, No.13
- Estiadewi, P. S. (2019). Pengaruh Health Coaching: Psychological First Aid: Terhadap Post Traumatic Stress Disorder Pada Penyintas Bencana Alam Gempa Bumi Di Lombok Utara. *Repository Universitas Airlangga*, 1-3.
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Riset, teori dan praktik) Edisi 5*. Jakarta : EGC
- Galo, Frida Nov Kristina. (2014). *Gambaran Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pada Remaja Teluk Dalam Pasca 8 Tahun Bencana Gempa Bumi di Pula Nias*. Universitas Sumatera Utara
- Ghozali, Imam. (2013). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Hidayat, A. A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Irawan, P. D., Soetjningsih, Windiani, T., Adnyana, S., & Ardjana, E. (2016). Skrining Stres Pascatrauma Pada Remaja Dengan Menggunakan Post Traumatic Stress Disorder Reaction Index. *Sari Pediatri*, 441-445.
- Jannah, S, N. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Penyintas Banjir Rob Tambak Lorok. *Proyeksi*, Vol. 13 (1), 1-12
- Kaplan & Sadock. (2015). *Synopsis Of Psychiatric: Behavioral Scienes/Clinical/Psychiatri-Elevent Edition*
- Keliat, Akemat. Helena, Nuraini. (2011). *Keperawatan Kesehatan Jiwa Komunitas: CMHN (Basic Course)*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Kemenkes. (2018). *Buku Penanggulangan Krisis Kesehatan untuk Anak Sekolah*
- Khabibah, L. U. (2018). *Penanganan Untuk Menurunkan Post Traumatic Stress Disorder (Ptd) Pada Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) (Study Kasus Pada Dinas Sosial Jawa Tengah)*. Semarang: Skripsi.
- Liu, H., Petukhova, M., Sampson, N., & Gaxiola, S. A. (2017). Association Of Dsm-Iv Posttraumatic Stress Disorder With Traumatic Experience Type And History In The World Health Organization World Mental Health Surveys. *Jama Psychiatry*, 270-281.
- Mahalingam V, Roy D. 2017. Prevalence, socio-demographic & quality of life correlates of post-traumatic stress disorder among disaster victims of uttarakhand. *SRHU Medical Journal*. 1:26-30.
- Mawaddah, A. A. (2019). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Quality Of Life Pada Pasien Kanker Usia Dewasa Awal Di Yayasan Kanker Indonesia Cabang Jawa Timur*. Surabaya: Skripsi.
- National Center for PTSD. (2016). *Understanding PTSD and PTSD Treatment*. Diakses dari https://www.ptsd.va.gov/public/understanding_TX/booklet.pdf pada 29 April 2017 pukul 08.40 WIB.
- Nawangsih, E. (2016). *Play Therapy untuk Anak-Anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder (PTSD))*. *Jurnal Psymphatic*. Vol. 1 No.2
- Nazir, Moh. (2014). *Metode Penelitian*. Bogor: Ghala Indonesia
- Notoadmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Nuraini, Y. (2019). Intervensi Resiliensi Melalui *Play Therapy* Untuk Menurunkan Gejala *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Tesis. Universitas Muhammadiyah Malang
- Nursalam. (2017). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Perka BNPB No. 12 Tahun 2012 tentang *Peran Serta Lembaga Usaha Dalam Penyelenggaraan Penanggulangan Bencana*
- Pontoh, Z., & Farid, M. (2015). Hubungan antara religiusitas dan dukungan sosial dengan kebahagiaan pelaku konversi agama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1).
- Rahmat, A., Komariah, K., & Setiawan, W. (2019). Komunikasi Dan Dukungan Sosial Di Lingkungan Masyarakat Terdampak Pembangunan Waduk Jatigede Sumedang . *Jurnal Kajian Komunikasi*, 110-120.
- Riyanto, A. (2010). *Statistik Deskriptif*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Rosada, U, D. (2017). Layanan Konseling Traumatik Bagi Korban Bencana Banjir di Jakarta. *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*, Vol. 1 No. 1. Hlm 381-389
- Sadock BJ, Sadock VA, Rulz P. (2015). *Synopsis of Psychiatry*. 11th ed. New York: Wolters Kluwer
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2012). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc
- Seponski, D. M., Bermudez, J. M., & Lewis, D. C. (2013). Creating culturally responsive family therapy models and research: Introducing the use of responsive evaluation as a method. *Journal of Marital and Family Therapy*, 39(1), 28-42.
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Smith, Gill, J., Segal & Segal. (2008). *Stres: preventing burnout*. <http://www.chinaconsult.com.au/2009/11/20/3240/> Diakses 18 September 2010.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sujarweni, W. (2014). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Tentama, F. (2014). Dukungan Sosial dan Post Traumatic Stress Disorder pada Remaja Penyintas Gunung Merapi. *Jurnal Psikologi. Universitas Diponegoro* Vol.13, No. 2
- Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang *Penanggulangan Bencana*.
- Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang *Penanggulangan Bencana*. (https://idbi.bnpb.go.id/UU_24_2007.pdf) Diakses pada tanggal 20 November 2019
- Wagner, A. C., Monson, C. M., & Hart, T. L. (2016). *Understanding Social Factors in the Context of Trauma : Implications for Measurement and Intervention Understanding*
- Yosep, I. (2016). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Redika Aditama