

Makalah Analisis Kasus :  
“Bencana Merapi”

Disusun oleh :  
Carissa Erani  
190110080106



FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PADJADJARAN  
JATINANGOR  
2011

## BAB I

### Ilustrasi Kasus

#### Kasus :

Letusan Gunung Merapi yang terjadi tanggal 26 Oktober dan 4 November 2010, menyebabkan hilangnya tempat tinggal sebagian warga yang selama ini tinggal di lereng Merapi. Salah satu adalah desa Candisari; Kondisi Desa Candisari, yang berada di sisi Timur Kali Gendol : mayoritas rumah penduduk yang berada di desa tersebut tidak dapat ditempati kembali karena rumah mereka tertutupi abu vulkanik. Sebagian besar dari mereka mengungsi ke stadion Meguwaharjo. Kebanyakan penyintas di stadion Meguwaharjo, berasal dari Sleman.

Pada saat masa tanggap darurat dinyatakan selesai oleh pemerintah, mereka sedang bersiap-siap untuk pulang ke dusun masing-masing, meskipun jadwal kepulangan mereka belum juga dipastikan. Sebenarnya masih banyak penyintas yang menempati stadion Meguwaharjo, namun relawan sudah banyak berkurang, kegiatan/program relawan pun sudah ditarik dari sana. Dari data yang ada, tercatat 675 kk dengan jumlah anak balita sebanyak 105 anak, usia sekolah SD sebanyak 66 orang, remaja 83 orang dan sisanya adalah orang dewasa dan lansia. Sampai saat ini, masih banyak penyintas yang belum tertangani, bahkan ada beberapa kelompok penyintas yang baru datang dari posko/barak (tenda) pengungsian sebelumnya. Namun demikian, karena di sana sudah tidak ada relawan yang menangani maka para penyintas tersebut dialihkan ke stadion Meguwaharjo. Banyaknya *issue* mengenai waktu berakhirnya tanggap darurat bencana Merapi, membuat keresahan pada penyintas karena memikirkan akan tinggal dimanakan mereka setelah itu.

#### Tambahan informasi :

Untuk memperoleh gambaran tentang kondisi psikologis secara umum, sekelompok relawan memiliki informasi awal, tentang kelompok laki-laki dewasa yang menjadi kepala keluarga, kelompok perempuan dewasa dan kelompok anak-anak.

Fakta lain yang cukup menarik adalah bahwa di tempat penampungan, bermunculan kelompok-kelompok pengajian. Ada kelompok Bapak-bapak, ada kelompok Ibu-ibu dan ada juga kelompok remaja. Kelompok-kelompok ini pun cukup aktif mengadakan pertemuan-pertemuan. Menurut pesertanya, kegiatan pengajian ini memberikan ketenangan dari berbagai kekhawatiran. Misalnya, kekhawatiran akan adanya

gempa susulan, pengajian ini membuat ia tidak lagi terasa terganggu karena keyakinan bahwa semua kejadian ada hikmahnya.

Kelompok-kelompok masyarakat ini juga cukup aktif menggerakkan pengungsi yang sehat dan kuat untuk membantu relawan dalam memasak di dapur umum dan membagikan makanan, merawat yang sakit, dll. Bahkan beberapa anggota dari kelompok remaja ikut membantu para relawan yang mendampingi anak-anak belajar. Namun, di antara kelompok-kelompok masyarakat tersebut tidak ada yang mengkoordinasi, sehingga aktivitas mereka bergantung pada kelompok relawan mana yang meminta bantuan mereka. Adakalanya, pembagian kerja di dalam kelompok juga berdasarkan siapa saja yang sedang bersama-sama (berkumpul) pada saat permintaan bantuan relawan datang.

Bila tidak ada kegiatan pengajian atau sedang tidak membantu relawan, kelompok-kelompok ini berkumpul untuk bercanda, mengobrol, mengawasi anak-anak mereka yang sedang bermain. Menurut mereka, berkumpul memberikan rasa senang, menghilangkan kecemasan untuk sementara, dan memperkuat keyakinan bahwa mereka tidak mendapat musibah sendirian.

## BAB II

### Tinjauan Pustaka

Membongkar suatu bencana dalam kenyataannya yang kompleks sangatlah sulit. Dalam suatu bencana terdapat batasan-batasan geografi, sosial, dan budaya. Apakah bencana menyerang tanpa bisa diprediksikan, kemunculannya yang perlahan atau tiba-tiba, mengelilingi secara nyata ataupun tidak, bencana adalah suatu proses yang memiliki dampak yang sangat dramatis bagi individu, keluarga, masyarakat, komunitas, dan kesatuan yang lebih besar.

Ketika menerangkan prinsip psikologi sosial dan komunitas, hal yang terpenting dari pengalaman terhadap bencana adalah dinamika yang saling mempengaruhi antara pengalaman individu dan masyarakat. Penderitaan yang dirasakan individual juga termasuk ke dalam parameter dari penderitaan yang dirasakan oleh masyarakat. Kerugian dan keuntungan, kerusakan dan penyembuhan, adalah masalah yang harus dihadapi oleh individual dan masyarakat. Kenyataan dari *individual victimization* tidak bisa dimengerti tanpa mempertimbangkan kenyataan kolektif pada level : lingkungan, psikologis, sosial, politik, dan budaya. Karakteristik yang saling berinteraksi dari pengalaman terhadap bencana ini tidak dapat dihiraukan atau dilupakan begitu saja, sebagai usaha meng-*coping* yang terjalin pada individu dan masyarakatnya. Yang satu dapat menguasai pada satu waktu, namun yang lainnya tidak pernah menghentikan kehadiran dan pengaruhnya. Reaksi masyarakat akan mempengaruhi reaksi individual untuk membaik atau memburuk; reaksi individual menjadi reaksi yang dibagi bersama-sama dan menjelaskan identitas kolektif terhadap *coping* masyarakat (Gist, Richard & Lubin, Bernard. *Response to Disaster*. p. 25-26).

Menjadi bagian dari kolektif atau suatu unit besar yang saling berdekatan karena pengalaman yang sama dapat membuat pengalaman bencana ini mengurangi ketakutan dan mengurangi kebingungan, dan karenanya menjadi lebih bisa ditoleransi dan dimengerti (Gist, Richard & Lubin, Bernard. *Response to Disaster*. p. 30).

Saat menghadapi pengalaman bencana ini, individual dan masyarakat akan mengalami berbagai macam reaksi-reaksi yang memperlihatkan kondisi psikologisnya, seperti panik, stres, trauma, ataupun *post traumatic stress disorder* (PTSD). Melihat ilustrasi kasus pada bab sebelumnya, penulis akan membahas bagaimana kondisi penyintas bencana Merapi tersebut dengan menggunakan konsep trauma.

## **A. Trauma**

Menurut APA, trauma adalah :

“Trauma adalah respon emosional terhadap suatu kejadian yang tidak menyenangkan seperti kecelakaan, bencana alam dan bencana buatan. Segera setelah kejadian tersebut, shock dan denial adalah wajar. Reaksi lebih jauh termasuk emosi yang tidak terduga, flashback, relasi yang kaku dan bahkan symptom-simptom fisik seperti sakit kepala dll. Walaupun perasaannya normal, tapi beberapa orang akan kesulitan untuk menghadapi masa depan dari hidup mereka.” (<http://www.apa.org/topics/trauma/index.aspx>)

Faktor-faktor penyebab kejadian Traumatis yaitu :

- Terjadi secara tiba-tiba.
- Mengerikan, menimbulkan perasaan takut yang amat sangat.
- Mengancam keutuhan fisik maupun mental.

Dapat menimbulkan dampak fisik, pikiran, perasaan, dan perilaku yang amat membekas bagi mereka yang mengalami ataupun yang menyaksikan

Respon-respon umum yang biasanya muncul pada saat trauma adalah :

- Memiliki ingatan atau bayangan yang sulit dilupakan, seperti mencengkeram, atau ingatan lainnya tentang traumanya
- Merasakan peristiwa seperti terjadi lagi (flashback)
- Merasa terganggu bila diingatkan, atau teringat peristiwa traumatis karena sesuatu yang dilihat, didengar, dirasakan, atau diciturnya.
- Ketakutan, merasa kembali berada dalam bahaya
- Kesulitan mengendalikan perasaan karena tidak mampu mengendalikan ingatan tentang peristiwa traumatis.

### Tahapan dalam recovery Trauma

Dilansir dari Psychology today, terdapat 4 tahap dalam penyembuhan Trauma, yaitu :

#### 1. Stage One: circuit Breaking

Pada tahap ini, individu yang mengalami trauma akan merasakan ‘mati rasa’. Individu kehilangan 50-90 persen aktifitas otak. Secara emosional, ia tidak akan merasakan apapun. Secara spiritual, ia tidak terhubung. Secara fisik, ia hanya melakukan aktifitas dasar. Ketika individu siap untuk kembali normal dan dapat menerima stimulasi dan

energy lebih, mau mencoba untuk recovery, dan mencari keseimbangan, maka disana mulai stage berikutnya.

2. Stage two: Returns of Feelings

Pada tahap ini mereka dapat menceritakan pengalaman trauma mereka berulang kali. Individu membutuhkan berbicara, mengulang setiap detil dari cerita mereka. Mereka butuh mengekspresikan perasaan mereka. Cara mengekspresikan ini pada individu berbeda-beda. Ada yang lebih suka berbicara, menulis, bahkan menggambar.

3. Stage three: Constructive action

Individu membutuhkan bertindak dan membuat perubahan walaupun dengan cara yang sangat kecil. Individu perlu mengambil tindakan yang akan mengembalikan rasa kontrol dan langsung melawan rasa ketidakberdayaan yang mengidentifikasi tanda trauma. Aksi yang dapat dilakukan bermacam-macam, diantaranya menyumbangkan darah, membantu palang merah, menemani anak yang kehilangan orang tuanya, dsb.

4. Stage four: Reintegration

Pada tahap ini, individu mengintegrasikan kembali diri dan nilai hidup dengan cara yang baru. Individu menggabungkan arti hidup, mengintegrasikan lebih dalam dan lebih asli dalam hal berkomunikasi. Individu pada tahap ini mungkin mengalami rasa penghargaan baru bagi hidupnya, memunculkan klarifikasi tujuan, dan menghasikan komitmen serta pemahaman baru tentang nilai ikatan dengan orang lain.

## BAB III

### Kerangka Analisis

Berdasarkan penjelasan pada BAB II, penderitaan yang dirasakan individual juga termasuk ke dalam parameter dari penderitaan yang dirasakan oleh masyarakat. Kerugian dan keuntungan, kerusakan dan penyembuhan, adalah masalah yang harus dihadapi oleh individual dan masyarakat. Reaksi masyarakat akan mempengaruhi reaksi individual untuk membaik atau memburuk; reaksi individual menjadi reaksi yang dibagi bersama-sama dan menjelaskan identitas kolektif terhadap *coping* masyarakat. Dengan menjadi bagian dari kolektif atau suatu unit besar yang saling berdekatan karena pengalaman yang sama, individu dapat mengurangi ketakutan dan kebingungan karena pengalaman bencana yang dirasakannya tersebut, dan karenanya juga menjadi lebih bisa ditoleransi dan dimengerti. Hal ini terlihat dari informasi tambahan yang didapatkan pada ilustrasi kasus yang menyatakan bahwa, “Bila tidak ada kegiatan pengajian atau sedang tidak membantu relawan, kelompok-kelompok ini berkumpul untuk bercanda, mengobrol, mengawasi anak-anak mereka yang sedang bermain. Menurut mereka, berkumpul memberikan rasa senang, menghilangkan kecemasan untuk sementara, dan memperkuat keyakinan bahwa mereka tidak mendapat musibah sendirian.” Dengan adanya korban lain yang mengalami hal yang sama, mereka menjadi dapat mengurangi rasa cemas dan ketakutan terhadap pengalaman bencana Merapi sebelumnya dan hal ini juga akan dapat membantu mereka dalam proses *recovery* trauma.

Pada saat menghadapi pengalaman bencana ini, individual dan masyarakat akan mengalami berbagai macam reaksi-reaksi yang memperlihatkan kondisi psikologisnya, terutama trauma. Trauma adalah respon emosional terhadap suatu kejadian yang tidak menyenangkan seperti kecelakaan, bencana alam dan bencana buatan. Segera setelah kejadian tersebut, shock dan denial adalah wajar. Reaksi lebih jauh termasuk emosi yang tidak terduga, flashback, relasi yang kaku dan bahkan symptom-symptom fisik seperti sakit kepala, dll. Walaupun perasaannya normal, tapi beberapa orang akan kesulitan untuk menghadapi masa depan dari hidup mereka. (<http://www.apa.org/topics/trauma/index.aspx>)

Kejadian traumatis di dalam kasus ini adalah berupa bencana alam, yaitu bencana meletusnya gunung Merapi yang terjadi tanggal 26 Oktober dan 4 November 2010. Korban-korban dari bencana ini bisa saja memperlihatkan kondisi psikologis lebih lanjut setelah beberapa minggu seperti emosi yang tidak terduga, flashback, relasi yang kaku dan bahkan symptom-symptom fisik seperti sakit kepala, dll. Selain itu juga meskipun ada yang

perasaannya normal, tapi beberapa orang mungkin saja tidak tahu akan melakukan apa begitu keluar dari tempat pengungsian nanti sehingga kesulitan untuk menghadapi masa depan dari hidup mereka.

Berdasarkan informasi tambahan, dijelaskan bahwa di tempat penampungan/pengungsian, bermunculan kelompok-kelompok pengajian yang cukup aktif mengadakan pertemuan-pertemuan. Menurut pesertanya, kegiatan pengajian ini memberikan ketenangan dari berbagai kekhawatiran. Misalnya, kekhawatiran akan adanya gempa susulan, pengajian ini membuat ia tidak lagi terasa terganggu karena keyakinan bahwa semua kejadian ada hikmahnya. Selain itu kelompok-kelompok masyarakat ini juga cukup aktif menggerakkan pengungsi yang sehat dan kuat untuk membantu relawan dalam memasak di dapur umum dan membagikan makanan, merawat yang sakit, dll. Bahkan beberapa anggota dari kelompok remaja ikut membantu para relawan yang mendampingi anak-anak belajar.

Dari informasi tambahan ini dapat dilihat bahwa penyintas tersebut telah memasuki *stage 3* yaitu *constructive action*, pada tahapan *recovery* trauma. Pada tahap ini individu membutuhkan bertindak dan membuat perubahan walaupun dengan cara yang sangat kecil. Individu perlu mengambil tindakan yang akan mengembalikan rasa kontrol dan langsung melawan rasa ketidakberdayaan yang mengidentifikasi tanda trauma. Aksi yang dapat dilakukan bermacam-macam, diantaranya menyumbangkan darah, membantu palang merah, menemani anak yang kehilangan orang tuanya, dsb.

Pada ilustrasi kasus ini terlihat bahwa tindakan perubahan yang dilakukan oleh penyintas adalah membuat kelompok-kelompok pengajian tersebut. Dengan aktifnya kelompok-kelompok ini mengadakan pengajian memberikan mereka ketenangan dan membuat mereka tidak lagi merasa terganggu karena keyakinan bahwa semua kejadian ada hikmahnya. Hal ini memperlihatkan adanya rasa kontrol dan langsung melawan rasa ketidakberdayaan mereka karena bencana Merapi tersebut. Selain kegiatan pengajian ini, kelompok-kelompok tersebut juga aktif menggerakkan pengungsi yang sehat dan kuat untuk membantu relawan.

Melihat kondisi tersebut penyintas tampaknya sudah siap memasuki *stage 4*, yaitu *reintegration*, pada tahapan *recovery* trauma. Pada tahap ini, individu mengintegrasikan kembali diri dan nilai hidup dengan cara yang baru. Individu menggabungkan arti hidup, mengintegrasikan lebih dalam dan lebih asli dalam hal berkomunikasi. Individu pada tahap ini mungkin mengalami rasa penghargaan baru bagi hidupnya, memunculkan klarifikasi



tujuan, dan menghasikan komitmen serta pemahaman baru tentang nilai ikatan dengan orang lain.

Akan tetapi, berdasarkan informasi tambahan yang didapatkan belum terlihat apakah para penyintas tersebut sudah mengintegrasikan kembali diri dan nilai hidup mereka dengan cara yang baru. Kemudian juga belum terlihat apakah para penyintas ini sudah memunculkan klarifikasi tujuan mereka nantinya akan melakukan apa di masa depan. Oleh karena itu dibutuhkan informasi lebih jauh lagi mengenai hal ini untuk dapat melihat sejauh mana kesiapan dari penyintas bencana Merapi ini untuk dapat kembali lagi ke kehidupan mereka sebelum terjadinya bencana Merapi tersebut.

Untuk itu, dibuatlah alat ukur yang dapat menggali informasi yang diperlukan tersebut dengan menggunakan metode interview dan observasi. Alat ukur ini dibuat dengan menggunakan indikator-indikator yang terdapat pada *stage 4*, yaitu *reintegration*, pada tahapan *recovery trauma*.

## BAB IV

### Alat Ukur

#### **Konstruk**

Tahapan *recovery* trauma *stage 4*, yaitu *reintegration*

- ⇒ Pada tahap ini, individu mengintegrasikan kembali diri dan nilai hidup dengan cara yang baru. Individu menggabungkan arti hidup, mengintegrasikan lebih dalam dan lebih asli dalam hal berkomunikasi. Individu pada tahap ini mungkin mengalami rasa penghargaan baru bagi hidupnya, memunculkan klarifikasi tujuan, dan menghasikan komitmen serta pemahaman baru tentang nilai ikatan dengan orang lain.

#### **Tujuan**

Mendapatkan informasi tambahan untuk dapat melihat sejauh mana kesiapan dari penyintas bencana Merapi ini untuk dapat kembali lagi ke kehidupan mereka sebelum terjadinya bencana Merapi tersebut dengan melihat ciri-ciri dari tahapan *recovery* trauma *stage 4*, yaitu *reintegration*.

#### **Metode Pelaksanaan**

Metode yang dilakukan adalah dengan interview dan observasi

Guideline interview dan observasi :

Konstruk	Aspek	Indikator	Interview	Observasi
<p>Tahapan <i>recovery</i> trauma <i>stage 4</i>, yaitu <i>reintegration</i>.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengintegrasikan kembali diri dan nilai hidup dengan cara yang baru.</li> <li>- Menggabungkan arti hidup</li> <li>- Mengintegrasikan lebih dalam dan lebih asli dalam hal berkomunikasi.</li> <li>- Menghasikan komitmen serta pemahaman baru tentang nilai ikatan dengan orang lain.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penyintas telah mengetahui nilai hidupnya dengan cara yang baru</li> <li>- Penyintas memahami arti dari kehidupannya</li> <li>- Penyintas mampu berkomunikasi dengan baik dengan orang lain</li> <li>- Penyintas memiliki pemahaman baru tentang nilai ikatan dengan orang lain</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bagi Anda (panggilan tergantung orang yang diinterview) apa nilai dari hidup Anda?</li> <li>- Apa yang Anda pahami tentang hubungan Anda dengan tetangga-tetangga Anda?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dilihat bagaimana penyintas berkomunikasi dengan orang lain</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengalami rasa penghargaan baru bagi hidupnya</li> <li>- Memunculkan klarifikasi tujuan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Penyintas memiliki rasa penghargaan baru bagi hidupnya</li> <li>- Penyintas memiliki tujuan di masa depan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Apa rasa penghargaan baru bagi hidup Anda?</li> <li>- Apakah Anda sudah tahu akan melakukan apa setelah kembali ke rumah nanti?</li> </ul>	
--	---	---	---	--

Catatan : dalam penggunaan bahasa interview dapat disesuaikan dengan bahasa yang dipahami oleh penyintas selain itu juga cara interview yang dilakukan juga bisa bervariasi tergantung situasi mana yang lebih nyaman untuk mengambil data.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. *Emotional Psychological Trauma*. Diakses pada tanggal 2 Oktober 2011 dari [http://helpguide.org/mental/emotional\\_psychological\\_trauma.htm](http://helpguide.org/mental/emotional_psychological_trauma.htm)
- Anonim. *Recovering Trauma*. Diakses pada tanggal 2 Oktober 2011 dari <http://www.psychologytoday.com/articles/200308/recovering-trauma>
- Anonim. *Trauma*. Diakses pada tanggal 26 September 2011 dari <http://www.apa.org/topics/trauma/index.aspx>
- Gist, Richard & Lubin, Bernard. (1999). *Response to Disaster : Psychological, Community, and Echological Approaches*. United States of America : Brunner/Mazel.