

## ANALISIS DAMPAK PSICOSOSIAL PASCA GEMPA DI KECAMATAN SAMBELIA-KABUPATEN LOMBOK TIMUR

Sulaiman

Universitas gunung Rinjani

Umu Rosyidah

Universias Islam Negeri Mataram

Email. [Hatiku.entebe@gamil.com](mailto:Hatiku.entebe@gamil.com)

### Abstrak

*Gempa bumi yang terjadi di suatu tempat termasuk di pulau Lombok tersebut adalah merupakan salah satu peristiwa alam yang memiliki daya rusak pada banyak aspek yang bersifat fisik maupun non fisik. Daya rusak yang bersifat fisik adalah seperti kehancuran bangunan rumah, pepohonan, korban jiwa dan barang-barang berharga lainnya. Sedangkan dampak yang bersifat non fisik adalah seperti ketakutan, keteraumanan, keputusasaan dan hal –hal lain yang bersifat psikologis. Sehingga dengan demikian kerugian yang ditimbulkan akibat gempa bumi berdampak pada masalah – masalah sosial dan psikologis.*

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Dampak Pasca Gempa secara Psicososial Di Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian adalah penelitian deskriptif yaitu menggambarkan perilaku, pemikiran, atau perasaan suatu kelompok atau individu di masyarakat sambelia sebagai korban dari musibah gempa bumi.*

*Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) Dampak gempa pada masa tanggap darurat adalah rasa cemas paling banyak dirasakan yaitu sebanyak 81%, perasaan gelisah sebanyak 77%, tidak merasa aman tinggal di rumah 69%, sangat sedih 62%, dan merasa tidak berdaya 23% namun demikian secara umum kondisi psikologi masyarakat korban cukup baik untuk menghadapi dan menatap hari-hari berikutnya dalam menata kembali pranata kehidupan pasca gempa. 2) Dampak gempa pada masa pemulihan yaitu setelah masa lebih dari dua bulan masih mengalami **Pasca Trauma Stress Disorder (PTSD)**, yaitu *reecperience* (mengingat kembali peristiwa), *avoidance* (menghindari tempat yang mengingatkan musibah gempa), *hyperarusal* (rangsangan atau rasa takut yang berlebihan). 3) Dampak gempa pada masa rehabilitasi menunjukan bahwa masa trauma yang dialami oleh perempuan lebih lama dibandingkan dengan laki-laki, hal ini disebabkan oleh berbagai faktor yang salah satu dari faktor tersebut adalah kerentanan psikologi perempuan lebih tinggi dari laki-laki.*

**Kata kunci; Dampak, Psicososial, Pasca, Gempa Bumi**

### Abstract

*The earthquake that occurred in one place, including on the island of Lombok, is one of the natural events that have a destructive force on many aspects that are both physical and non-physical. The physical destructive force is like the destruction of houses, trees, casualties and other valuables. While the effects that are non-physical are such as fear, infatuation, hopelessness and other psychological things. So that the losses caused by the earthquake have an impact on social and psychological problems.*

*This study aims to determine the Impact of Post-Earthquake in a Psychosocial in Sambelia District, East Lombok Regency. The approach used in research is descriptive research that describes the behavior, thoughts, or feelings of a group or individual in the Sambelia community as victims of the earthquake disaster.*

*The results showed that 1) The impact of the earthquake during the emergency response was the most anxiety felt as much as 81%, feeling restless as much as 77%, not feeling safe staying at home 69%, very sad 62%, and feeling helpless 23% but thus in general the psychological condition of the victims was good enough to face and stare at the following days in rearranging post-earthquake life institutions. 2) The impact of the earthquake on the recovery period that is after a period of more than two months still experiencing Post Trauma Stress Disorder (PTSD), namely *reecperience* (recalling events), *avoidance* (avoiding places that remind earthquake disaster), *hyperarusal* (excitement or excessive fear ). 3) The impact of the earthquake during rehabilitation meant that the trauma period experienced by women was*

*longer than that of men, this was caused by various factors, one of which was the psychological vulnerability of women higher than men.*

**Keywords; Impact, Psychosocial, Post, Earthquake**

## A. PENDAHULUAN

Gempa bumi berskala besar di Pulau Lombok pada tahun 2018 terjadi sebanyak tiga kali dan diikuti oleh ratusan gempa susulan. Gempa pertama dengan Magnetudo 6.4 SR terjadi pada minggu 29 juli 2018 di Lombok Timur, kemudian disusul dengan gempa besar terjadi pada hari minggu, 05 Agustus 2018, pukul 19.46 Wita dan berpusat di kawasan Lombok Utara. Sedangkan Gempa ketiga dengan Magnetudo 7.0 SR terjadi pada hari Minggu, 19 Agustus 2018 pukul 22.56 Wita dan berpusat di kawasan Lombok Timur.

Gempa bumi yang terjadi di suatu tempat termasuk di pulau Lombok tersebut adalah merupakan salah satu peristiwa alam yang memiliki daya rusak pada banyak aspek yang bersifat fisik maupun non fisik. Daya rusak yang bersifat fisik adalah seperti kehancuran bangunan rumah, pepohonan, korban jiwa dan barang-barang berharga lainnya. Sedangkan dampak yang bersifat non fisik adalah seperti ketakutan, keteraumanan, keputusasaan dan hal-hal lain yang bersifat psikologis. Sehingga dengan demikian kerugian yang ditimbulkan akibat gempa bumi bukan saja menyangkut persoalan nyawa, mental namun juga terkait dengan terganggunya perekonomian masyarakat yang terkena dampak.

Menurut data dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) sebagaimana dilansir oleh [www.viva.go.id](http://www.viva.go.id) pada jum'at, 24 Agustus 2018, menyebutkan bahwa jumlah korban meninggal dunia akibat gempa Lombok hingga Agustus 2018 sebanyak 546 orang. Korban meninggal dunia tersebar di KLU 466 orang, Lobar 40 orang, Lotim 31 orang, Loteng 2 orang, Mataram 9 orang. Sementara rumah rusak terdapat 76.765 unit. Sebarannya meliputi Kabupaten Lombok Utara 23.098 unit, Lombok Barat 37.285 unit, Lombok Timur 7.280 unit, Lombok Tengah 4.629 unit, Kota Mataram 2.060 unit.

Secara ekonomi nilai kerugian diperkirakan mencapai 5,05 Triliun dengan perincian sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Data Nilai Kerugian Materil Menurut Bidang/Aspek**

NO	BIDANG/ASPEK	NILAI KERUGIAN
1	Pemukiman	2.82 Triliun
2	Infrastruktur	7.5 Miliar
3	Ekonomi Produktif	432.7 Miliar
4	Sosial Budaya	716.5 Miliar
5	Lintas Sektor	61.9 Miliar

**Sumber: Data BNPB diolah, 2018.**

Dari total kerugian yang mencapai 5.03 tersebut, masing masing kabupaten dan kotamadya mengalami kerugian dengan rincian sebagaimana dalam tabel berikut ini:

**Tabel 2**  
**Data Nilai Kerugian Materil Menurut Kabupaten / Kotamadya**

No	KAB./KOTA	NILAI KERUGIAN
1.	Lombok Utara	2.7 Triliun
2.	Mataram	242.1 Miliar
3.	Lombok Barat	1.5 miliar
4.	Lombok Tengah	174.4 miliar
5.	Lombok Timur	417.3 miliar
6	<b>Jumlah</b>	<b>5.03 Triliun</b>

**Sumber: Data BNPB diolah, 2018.**

Dari data tabel diatas Kabupaten Lombok Timur, yang merupakan salah satu wilayah yang mengalami dampak yang cukup parah juga mengalami kerugian dari berbagai aspeknya. Wilayah Lombok Timur yang terkena dampak gempa adalah dominan di wilayah bagian utara khususnya Kecamatan Sambelia, Kecamatan Swela dan Pringgabaya. Dari ketiga kecamatan tersebut, Kecamatan Sambelia merupakan kecamatan yang mengalami kerusakan yang paling besar atau parah khususnya di beberapa desa yaitu Desa Labu Pandan, Desa Sugian, Desa Medayin, Desa Dara Kunci, Desa Sambelia, Desa Obel-Obel dan Desa Belanting.

Musibah gempa bumi selain menyebabkan kerusakan fisik seperti rumah, bangunan, jalan, dan infrastruktur lainnya, juga menyebabkan kerugian ekonomi dan gangguan psikologis.

Kerugian fisik seperti rusaknya tempat tinggal adalah merupakan ciri yang khas yang diakibatkan oleh musibah gempa bumi yang dapat kita saksikan langsung pada wilayah atau desa yang terdampak gempa bumi, termasuk yang terjadi di Kecamatan Sambelia – Kabupaten Lombok Timur. Kerugian fisik seperti kerusakan tempat tinggal, kerusakan harta-harta yang berharga secara langsung berdampak pada sendi kehidupan ekonomi masyarakat terdampak. Hal ini karena kerusakan rumah sebagai tempat tinggal dan harta-harta yang berharga akan menjadi beban tersendiri bagi masyarakat untuk segera mencari cara atau solusi untuk membangun kembali rumahnya dan mencari ganti atas kerusakan harta benda yang berharga. Musibah fisik juga menghancurkan lembaga-lembaga layanan umum masyarakat, seperti sekolah, rumah sakit, puskesmas, kantor desa dan sarana agama seperti masjid dan musholla dan lainnya.

Adapun secara sosial *pasca* musibah dapat juga mengganggu fungsi strata sosial dan keagamaan karena efek langsung dari musibah pada orang yang bertanggung jawab atas lembaga-lembaga tersebut, seperti guru atau imam, perangkat desa dan sejenisnya. Saat guru, tokoh masyarakat, tokoh agama dan tokoh pemerintah yang menjadi penyintas dari musibah tidak dapat menjalankan fungsinya secara ideal, maka sarana dukungan sosial dalam komunitas menjadi terganggu. Selain itu *pasca* gempa dapat saja tercipta masyarakat yang mudah meminta (padahal sebelumnya adalah pekerja yang tangguh), masyarakat yang saling curiga (padahal sebelumnya saling peduli), masyarakat yang mudah melakukan kekerasan (padahal sebelumnya cinta damai). Masyarakat yang kurang peduli padahal sebelumnya saling peduli, menjadi masyarakat yang individualis padahal sebelumnya kompak dan memasyarakat. Namun demikian tatanan sosial dapat juga menjadi sebaliknya yaitu dari yang negatif menjadi positif. Karena itu musibah yang tidak ditangani dengan baik akan mampu merusak nilai-nilai luhur yang sudah dimiliki masyarakat.

Saat masyarakat penyintas dipaksa untuk meninggalkan tempat tinggal mereka karena harus mengungsi timbul berbagai masalah sosial. Bantuan yang tidak terorganisir dan menempatkan penyintas sebagai objek pada akhirnya, sama menghancurkannya dengan efek psikologis individual. Pemberian bantuan yang tidak

terpola menempatkan penyintas sebagai objek yang tidak berdaya, pada akhirnya merusak etos kerja mereka dan terjadi ketergantungan pada pemberi bantuan.

Secara psikologis musibah yang dahsyat membuat para penyintas (yang mengalami) merasa tidak berdaya, bahkan sebagian orang mungkin merasa bersalah karena telah selamat disaat anggota keluarga yang dicintainya meninggal atau terluka. Berminggu-minggu *pasca* kejadian mereka mengalami berbagai macam gangguan psikologis. Bagi beberapa orang, duka mendalam, depresi, gelisah, atau rasa bersalah yang kuat. Sebagian orang yang lainnya mengalami kesulitan mengontrol kemarahan dan mudah curiga. Yang lainnya lagi menjadi menghindari atau menarik diri dari orang lain. Saat mereka tidur, mimpi buruk memenuhi malamnya. Mereka semua menjadi sering terkejut, seakan kejadian yang mengerikan terulang dalam pikiran mereka.

Reaksi psikologis yang buruk tadi tidak hanya dialami oleh penyintas yang mengalami kejadian langsung. Para pekerja kemanusiaan, sukarelawan, tenaga medis juga akan merasakan gejalanya. Mereka mengalami yang disebut dengan *Secondary Trauma*, yaitu gejala trauma yang dialami bukan dari mengalami kejadian secara langsung.

Pada umumnya, data-data yang banyak didokumentasikan pada musibah yang terjadi dimana saja adalah data-data kuantitatif fisik seperti jumlah rumah atau fasilitas umum yang rusak dan jumlah korban jiwa yang luka dan meninggal. Adapun dampak yang bersifat kualitatif seperti gambaran tentang kondisi psikologis penyintas (korban), kondisi sosial dan ekonomi masyarakatnya sering kurang mendapat perhatian dengan berbagai alasan tentunya. Dengan demikian untuk mengetahui secara lebih jelas dan terukur tentang berbagai kondisi psikologis, sosial dan ekonomi masyarakat *pasca* (setelah) gempa maka perlu dilakukan suatu kajian atau penelitian khusus.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada hasil identifikasi masalah tersebut, rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian yang berbasis pada pemberdayaan ini adalah; **“Bagaimana Dampak *Psicososial Pasca Gempa Di Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur?***

## **C. Tujuan.**

Untuk Mengetahui Dampak *Psicososial* Pasca Gempa Di Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur.

#### D. METODE PENELITIAN

##### 1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian adalah Penelitian Deskriptif yaitu menggambarkan perilaku, pemikiran, atau perasaan suatu kelompok atau individu di masyarakat sambelia sebagai korban dari musibah gempa bumi. Orientasi penelitian ini adalah untuk menggambarkan karakteristik atau perilaku suatu populasi dengan cara yang sistematis dan akurat dalam upaya menyediakan informasi seputar karakter fisik, sosial, perilaku, ekonomi, atau psikologi dari masyarakat sambelia yang terkena dampak musibah gempa bumi.

##### 2. Jenis Penelitian

Jenis Penelitian Deskriptif yang diterapkan dalam penelitian ini adalah **Penelitian survey** merupakan suatu teknik pengumpulan informasi yang dilakukan dengan cara menyusun daftar pertanyaan atau angket yang diajukan pada responden dalam berbentuk sample dari sebuah populasi yang telah ditetapkan. **Penelitian Demografis** merupakan suatu teknik pengumpulan informasi yang dilakukan dengan cara mendokumentasikan data – data sekunder yang dibutuhkan dalam penelitian.

##### 3. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Sambelia Kabupaten Lombok Timur yang berlangsung selama 4 bulan yaitu mulai bulai mei s/d agustus 2019.

##### 4. Populasi dan Sample

###### a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Arikunto, 2010:173). Populasi penelitian ini yaitu rumah tangga yang menjadi korban pada musibah gempa bumi yang terjadi pada bulan agustus 2018 di di wilyah Kecamatan Sambelia, Kabupaten Lombok Timur. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sejumlah total penduduk yang tercatat di kecamatan sambelia yaitu **35.328 orang**.

###### b. Sampel

Adalah sebagian dari objek atau individu-individu yang mewakili suatu populasi (Tika, 2005:24). Dalam penelitian ini penentuan sampel lokasi diambil dengan metode *purposive sample*, yaitu sampel yang dipilih dengan pertimbangan mendalam dan diyakini oleh peneliti sebagai perwakilan dari

suatu populasi (Yunus, 2010:302). Metode tersebut digunakan untuk menentukan lokasi penelitian. Sedangkan untuk menentukan responden dilakukan secara *random* atau acak. Penentuan sample lokasi didasarkan dengan kriteria sebagai berikut;

- 1) Merupakan desa yang menjadi bagian dari wilayah di Kecamatan Sambelia yang terkategori sebagai wilayah kecamatan desa paling terdampak akibat gempa bumi di Kabupaten Lombok Timur.
- 2) Dari semua desa yang teridentifikasi sebagai desa paling terdampak di ambil 5 (lima) desa sebagai lokasi penelitian.
- 3) Besarnya sampel dari masing-masing lokasi penelitian sebesar 50 responden yang terdampak gempa. Sehingga total keseluruhan ada 250 responden yang mewakili dari masing-masing desa sebagaimana berikut ini;

**Tabel 3**  
**Jumlah Responden**

No	Desa	Responden
1.	Belanting	50
2.	Sugian	50
3.	Labuhan Pandan	50
4.	Dara Kunci	50
5.	Madayin	50
	Jumlah	250

##### 5. Jenis dan Sumber Data

Dilihat dari sumbernya, data yang digunakan dalam kegiatan ini ada dua jenis yaitu :

a. **Data sekunder** : merupakan data yang telah dikumpulkan oleh pihak lain. Adapun data sekunder yang akan digunakan dalam kegiatan ini diantaranya jumlah penduduk, luas desa, topografi desa, monografi Desa, letak geografi desa, infrastruktur yang ada dan lain-lain.

b. **Data primer** : merupakan data yang diperoleh langsung dari obyek Kegiatan. Adapun data primer yang digunakan dalam kegiatan ini adalah data hasil jawaban angket yang terkait dengan

- 1) Data Dampak gempa secara psikologis di Kecamatan Sambelia
- 2) Data dampak gempa secara sosial di Kecamatan Sambelia
- 3) Data dampak gempa secara ekonomi di Kecamatan Sambelia

##### 6. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam kegiatan penelitian ini sangatlah penting, hal ini

dikarenakan tersedianya data yang di butuhkan menjadikan suatu jawaban dalam permasalahan penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penilitan ini sebagai berikut.

**a. Angket (kuesioner)**

Angket merupakan alat untuk mengumpulkan data yang berupa daftar pertanyaan, namun diisi sendiri oleh responden (Yunus, 2010:372). Pengisian angket didalam penelitian respon kondisi sosial ekonomi rumah tangga *pasca* gempa di Kecamatan Sambelia Kabupaten Lombok Timur dilakukan sendiri oleh responden didalam rumah tangga korban gempa dengan kehadiran peneliti. Metode ini dipilih untuk mengumpulkan data primer, yaitu berupa pertanyaan kepada rumah tangga korban gempa mengenai profil responden, kepemilikan aset rumah tangga yang terkena gempa, dan kondisi sosial ekonomi rumah tangga *pasca* gempa.

**b. Wawancara**

Wawancara adalah kegiatan pengumpulan data yang dilakukan peneliti dengan cara menanyakan secara langsung informasi yang dibutuhkan oleh peneliti (Yunus, 2010:357). Penelitian ini menggunakan jenis wawancara terstruktur, yaitu wawancara yang dilakukan dengan terlebih dahulu membuat daftar pertanyaan yang kadang-kadang disertai dengan jawaban alternatifnya dengan maksud agar pengumpulan data dapat terarah kepada tujuan penelitian dan pembuktian hipotesis (Tika, 2005:49-50).

Metode tersebut digunakan untuk memperoleh informasi kepada salah seorang atau informan yang berkompeten atau representatif untuk memberikan informasi sesuai dengan tema penelitian.

**c. Observasi**

Observasi adalah suatu metode pengumpulan data dengan cara pengamatan fenomena yang ada disekitar kita secara mendalam dan mendokumentasikan sebagai bukti telah melakukan observasi (Yunus, 2010:376). Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data observasi menggunakan jenis observasi langsung yaitu berupa pengamatan tentang kondisi fisik, psikologi, sosial dan kondisi ekonomi responden.

**d. Focus Group Discussion (Diskusi Kelompok)**

Tim peneliti melaksanakan diskusi dengan obyek ketika melakukan *survey* lapangan. Unsur-unsur yang terlibat dalam diskusi ini adalah perwakilan/tokoh masyarakat, para korban dan perangkat pemerintahan yang ada di wilayah Kecamatan Sambelia. Kegiatan FGD ditujukan untuk memperdalam informasi yang telah diperoleh melalui instrumen angket.

**7. Metode Analisis Data**

Data yang bersifat kuantitatif, diproses dengan beberapa cara antara lain: (a) dijumlahkan, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh prosentase, (b) dijumlahkan dan diklasifikasikan sehingga merupakan suatu susunan urut data, untuk selanjutnya dibuat tabel saja atau diproses lebih lanjut menjadi perhitungan kesimpulan atau visualisasi dan dengan bentuk grafik, dengan tujuan agar data ini memudahkan peneliti atau orang lain memahami hasil penelitian (Wahab, 2009:28).

Analisis data dalam penelitian ini dikelompokkan berdasarkan tujuan dari penelitian ini sendiri. Analisis deskriptif persentase digunakan untuk menganalisis kondisi psikologis, sosial dan ekonomi rumah tangga *pasca* gempa di Kecamatan Sambelia Kabupaten Lombok Timur. Analisis deskriptif digunakan untuk menganalisis bagaimana kondisi sosial dan ekonomi rumah tangga *pasca* gempa.

Pengertian dari analisis-analisis diatas dapat didefinisikan sebagai berikut: 1) Deskripsi persentase digunakan untuk menampilkan data-data kuantitatif ke dalam kalimat, 2) analisis deskriptif berfungsi untuk memberikan gambaran umum tentang data yang telah diperoleh, gambaran umum ini bisa menjadi acuan untuk melihat karakteristik data yang telah diperoleh.

Analisis deskriptif persentase memiliki rangkaian langkah dalam menganalisis suatu data. Sebelum data dihitung dengan rumus deskriptif persentase, maka terlebih dahulu menghitung skor jawaban tes dari masing-masing responden dengan memberikan tingkat skor untuk masing-masing jawaban terkait kondisi psikologi, sosial dan ekonomi rumah tangga *pasca* gempa.

## E. Hasil Dan Pembahasan

### 1. Dampak Gempa Pada Aspek Psikososial

Dampak gempa yang dimaksudkan dalam hal ini adalah ditinjau dari periode waktu atau masa yaitu masa tanggap darurat, masa pemulihan dan masa rehabilitasi. Gambaran tentang reaksi psikologis yang muncul beberapa jam atau beberapa hari setelah kejadian gempa tersebut dapat diketahui dari pernyataan masyarakat sambelia sebagai responden adalah sebagai berikut;

#### a. Dampak Pada Masa Tanggap Darurat

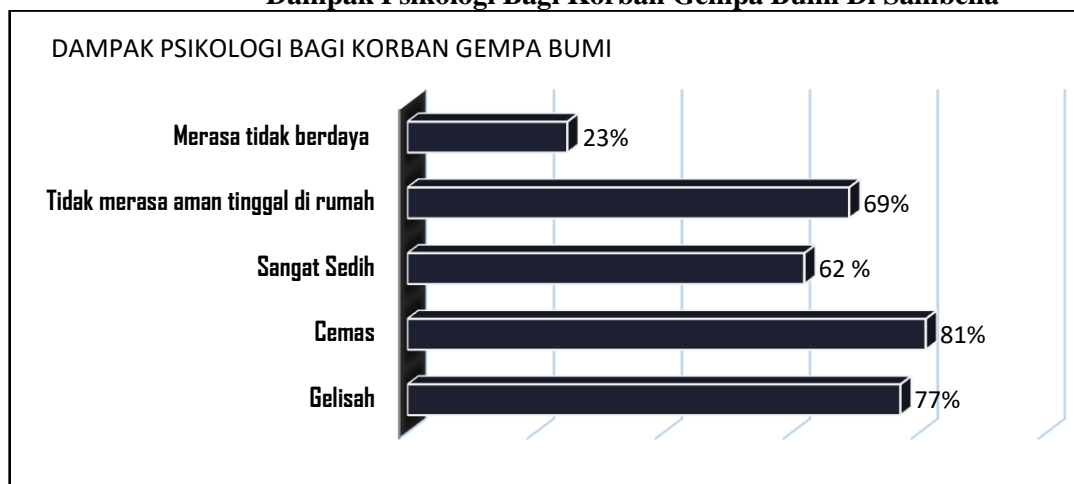
Masa ini adalah masa beberapa jam atau beberapa hari setelah bencana atau musibah terjadi dalam hal ini adalah musibah gempa bumi. Pada tahap ini kegiatan bantuan sebagian besar difokuskan pada menyelamatkan penyintas atau korban dan berusaha untuk menstabilkan situasi. Penyintas harus ditempatkan pada lokasi yang aman dan terlindung, pakaian yang

pantas, bantuan dan perhatian medis, serta makanan dan air yang cukup.

Pada masa ini berbagai reaksi atau gangguan psikologis akan muncul dalam setiap diri para korban. Bagi beberapa orang, duka mendalam, depresi, gelisah, atau rasa bersalah yang kuat. Sebagian orang yang lainnya mengalami, kesulitan mengontrol kemarahan dan mudah curiga. Yang lainnya lagi menjadi menghindari atau menarik diri dari orang lain. Saat mereka tidur, mimpi buruk memenuhi malamnya. Mereka semua menjadi sering terkejut, seakan kejadian yang mengerikan terulang dalam pikiran mereka.

Dari sekian banyak bentuk reaksi psikologi para korban, ada empat keadaan atau situasi kejiwaan (perasaan) yang paling dominan disebut atau diungkapkan oleh para korban sebagai responden yaitu perasaan tidak berdaya, merasa tidak aman tinggal dirumah, cemas dan gelisah sebagaimana yang nampak pada gambar grafik berikut;

**Gambar 1;**  
**Dampak Psikologi Bagi Korban Gempa Bumi Di Sambelia**



**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

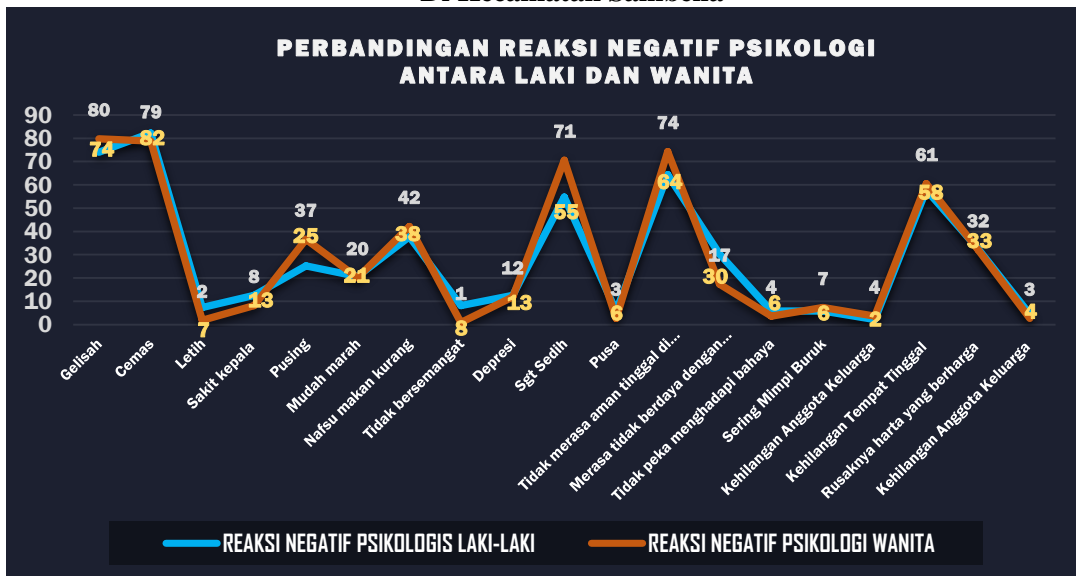
Gambar grafik diatas menunjukkan rasa cemas paling banyak dirasakan yaitu sebanyak 81% , kemudian perasaan gelisah sebanyak 77%, tidak merasa aman tinggal di rumah 69%, sangat sedih 62%, , dan merasa tidak berdaya 23%. Nilai prosentase tidak didasarkan pada jumlah responden namun didasarkan pada jumlah frekwensi suasana psikologis disebut oleh para korban sebagai responden sebagaimana yang diungkapkan.

Reaksi psikologis sebagai dampak dari suatu peristiwa seringkali menampilkan corak atau pola yang berbeda-beda antara

masing – masing individu. Pola atau corak reaksi tersebut dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu dipengaruhi oleh tingkat keparahan bencana, jenis bencana, jenis kelamin, usia korban, kepribadian seseorang, ketersediaan jaringan dan dukungan sosial dan faktor lainnya.

Dalam penelitian ini, peneliti memfokuskan perbedaan reaksi negative dan positif psikologi korban berdasarkan jenis kelamin korban gempa sebagaimana digambarkan pada grafik berikut;

**Gambar 2**  
**Perbandingan Reaksi Negative Antara Laki Dan Perempuan Korban Gempa Di Kecamatan Sambelia**



**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

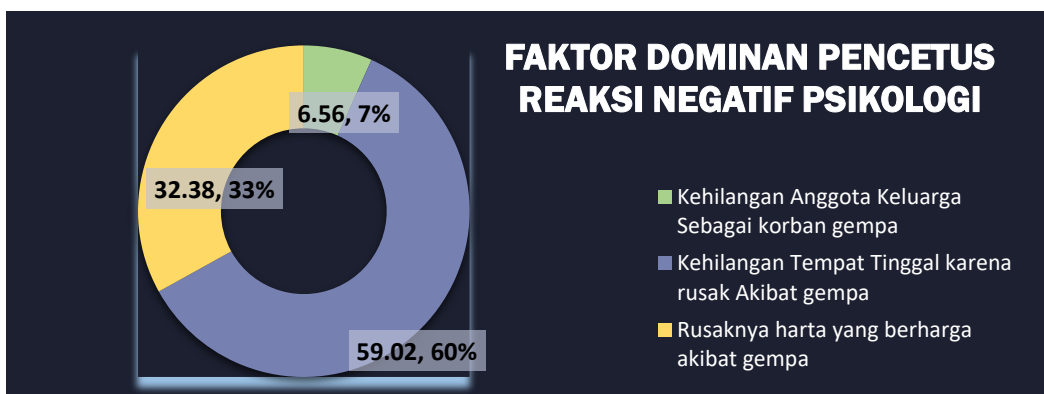
Gambar di tersebut mencerminkan reaksi negatif psikologi antara laki-laki dan perempuan relative memiliki kesamaan pola sebagai gambaran keadaan para penyintas. Pada hasil penelitian reaksi negative psikologi yang dialami oleh para korban didominasi oleh rasa gelisah, cemas, nafsu makan berkurang, perasaan sangat sedih, merasa tidak aman tinggal di rumah dan perasaan lain yang tidak terlalu menonjol. Kalaupun ada perbedaan namun tersebut relative kecil atau sedikit.

Hal lain yang dapat dijelaskan bahwa berdasarkan hasil survey reaksi responden laki-laki merasa lebih gelisah, lebih pusing, nafsu makan berkurang, lebih sedih, lebih merasa tidak aman tinggal di rumah, dan lebih merasa kehilangan tempat tinggal dibandingkan dengan

perempuan. Dan dari sisi psikologi perempuan mereka lebih gelisah, lebih pusing, dan lebih merasa tidak berdaya dibandingkan dengan responden laki-laki. Sedangkan responden perempuan lebih merasa pusing, nafsu makan lebih berkurang, lebih dalam perasaan bersedihnya, dan merasakan lebih tidak aman tinggal di rumah dibandingkan dengan responden laki-laki dalam menghadapi musibah gempa bumi yang mereka alami.

Munculnya reaksi psikologi yang negatif pada masyarakat sambelia yang terdampak disebabkan oleh beberapa faktor seperti kehilangan anggota keluarga (meninggal atau luka) akibat gempa, kehilangan (rusak) tempat tinggal dan kehilangan harta yang berharga sebagaimana digambarkan berikut ini;

**Gambar 3**  
**Faktor Dominan Pencetus Reaksi Negatif Psikologi Korban**

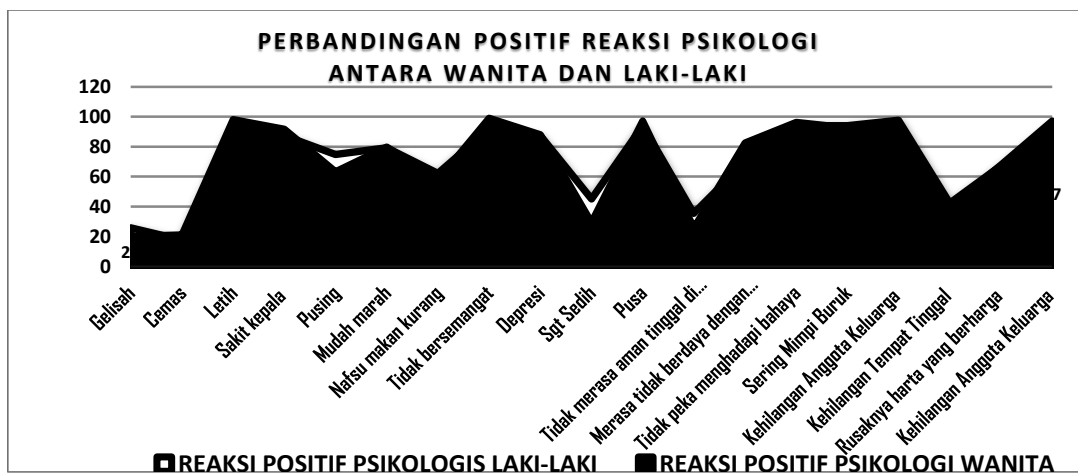


**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

Efek atau dampak gempa secara psikologis tidak secara otomatis menimbulkan keterpurukan yang terus menerus. Dengan segala kelebihan yang dimiliki tentu masyarakat senantiasa menemukan solusi atas semua masalah yang sedang menimpanya. Masyarakat seperti ini tentu merespon semua yang menimpanya dengan beragam model dan cara, ketegaran itulah yang disebut sebagai reaksi positif yang merupakan sebaliknya dari reaksi negatif, reaksi positif

merupakan cerminan ketegaran atau kesetabilan mental masyarakat penyintas dalam menghadapi musibah gempa bumi. Artinya pada kondisi tertentu masing-masing laki-laki dan perempuan yang menjadi responden menampilkan reaksi psikologisnya sebagai bentuk ketegaran secara berbeda pula. Berdasarkan hasil angket yang dikuatkan dengan Focus Discussion Group (FGD), dapat digambarkan sebagai berikut;

**Gambar 4;**  
**Perbandingan Reaksi Positif Antara Laki Dan Perempuan Korban Gempa Di Kecamatan Sambelia**

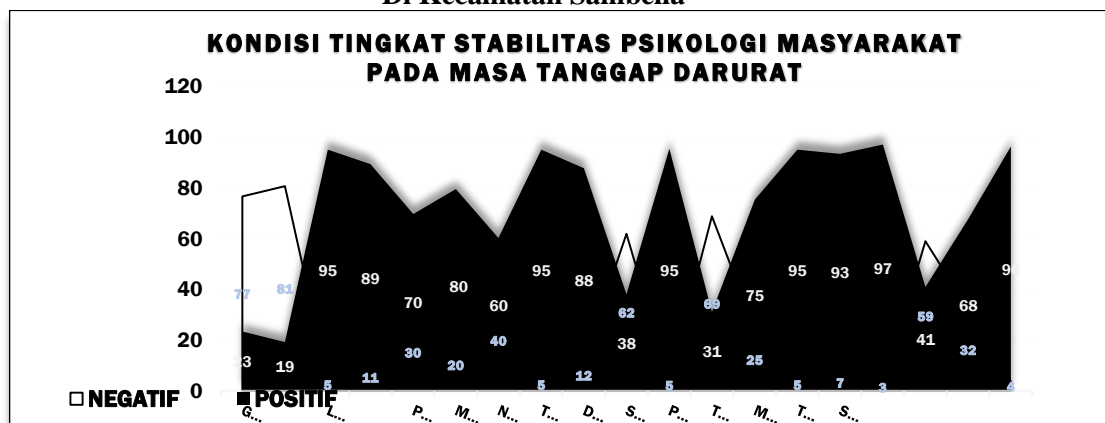


Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

Dari gambar tersebut, reaksi positif dari kondisi psikologis masyarakat sebagai korban gempa (penyintas) relative sama. Walaupun dalam keadaan menghadapi musibah gempa bumi yang dahsyat masyarakat tetap bersemangat, mereka kuat secara fisik untuk tetap dinamis dan survive untuk melanjutkan kehidupan dengan segala optimisme, mereka tidak mudah berputus asa, senantiasa siaga dan peka terhadap musibah gempa sebagai cara untuk bertahan hidup.

Penjelasan tentang kondisi kestabilan mental atau psikologi masyarakat sambelia sebagai penyintas (yang mengalami musibah) dapat digambarkan dengan gambar berikut ini;

**Gambar 4;**  
**Perbandingan Reaksi Positif Antara Laki Dan Perempuan Korban Gempa Di Kecamatan Sambelia**





**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

Data atau gambar diatas sebagai cerminan kondisi psikologi masyarakat sambelia pada masya tanggap darurat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi umum psikologi atau mental msyarakat sambelia sangat stabil atau bagus. Gambar *chart* diatas menggambarkan dua kondisi reaksi psikologis sekaligus yaitu reaksi negative dan reaksi positif. Keadaan reaksi negative psikologis masyarakat ditandai dengan warnai kuning sedangkan reaksi positif sebagai wujud stabilitas mentai atau kejiwaan masyarakat ditandai dengan warna hijau. Hasilnya menunjukkan reaksi positif masih lebih dominan dihampir semua indikasi/gejala reaksi psikologi, sedangkan reaksi negative yang dominan hanya ditunjukkan dengan gejala gelisah, cemas, rasa sedih, tidak merasa aman tinggal di rumah dan merasa kehilangan tempat tinggal. Kondisi psikologis yang dmikian tersebut tentu sangat wajar, niscaya dan sesuai dengan fitrah manusia. Sehingga dapat disimpulkan bhawa kondisi psikologi masyarakat korban cukup baik untuk menghadapi dan menatap hari-hari berikutnya dalam menata kembali pranata kehidupan pasca gempa.

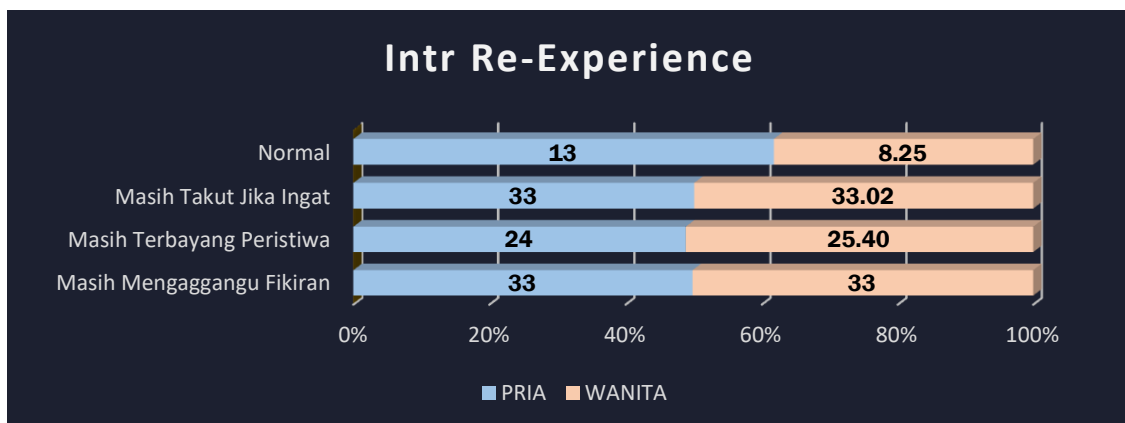
**1) Re-experience.**

**b. Masa Pemulihan**

Setelah situasi telah stabil, perhatian beralih ke solusi jangka panjang. Disisi lain, euforia bantuan mulai menurun, sebagian sukarelawan sudah tidak datang lagi dan bantuan dari luar secara bertahap berkurang. Para penyintas mulai menghadapi realitas. Jika pada minggu-minggu pertama setelah bencana, penyintas mungkin akan melalui fase "bulan madu", ditandai dengan perasaan yang aman dan optimisme tentang masa depan. Tetapi dalam tahap pemulihan, mereka harus membuat penilaian yang lebih realistis tentang hidup mereka. Pada fase ini kekecewaan dan kemarahan sering menjadi gejala dominan yang sangat terasa. Pada tahap ini berbagai gejala pasca-trauma muncul, misalnya "*Pasca Trauma Stress Disorder*," "*Disorder Kecemasan Generalized*," "*Abnormal Dukacita*," dan "*Post Traumatic Depresi*"-

Jika setelah lebih dari dua bulan gejala gejala diatas masih ada, maka dapat diduga mengalami *Pasca Trauma Stress Disorder* (PTSD), yaitu *reexperience, avoidance, hyperarusal*

**Gambar 5;  
 Kondisi Intr Re-Experience**



**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

**Re-experience** atau mengalami kembali, penyintas sekan mengalami kembali peristiwa *traumatic* yang mengganggu; misalnya melalui mimpi buruk setiap tidur, merasa mendengar, melihat kembali kejadian yang berhubungan dengan bencana, dalam pikirannya kejadian bencana terus menerus sangat hidup, apapun yang dilakukan tidak mampu mengalihkan pikirannya dari bencana. Pada anak-anak korhan konflik

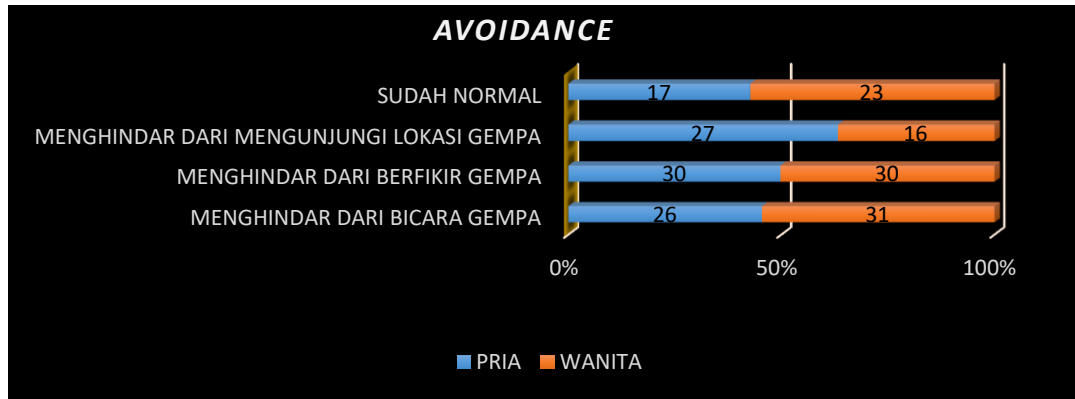
senjata, mereka bermain perang-perangan berulang-ulang. Berdasarkan hasil penelitian suasana psikologi masyarakat sambelia sebagai responden tergambar pada data berikut ini;

Data tersebut mendeskripsikan bahwa aspek aspek psikologi yang masih merasakan dalam dalam pikiran penyintassekan mengalami kembali peristiwa *traumatic* tentang gempa yang mengganggu sampai saat ini dalam wujud masih

muncul dalam bayangan peristiwa sehingga beraktivitas.  
 mengganggu fikirannya sehari-hari dalam

2) **Avoidance**

**Gambar 5;  
 Kondisi Avoidance**

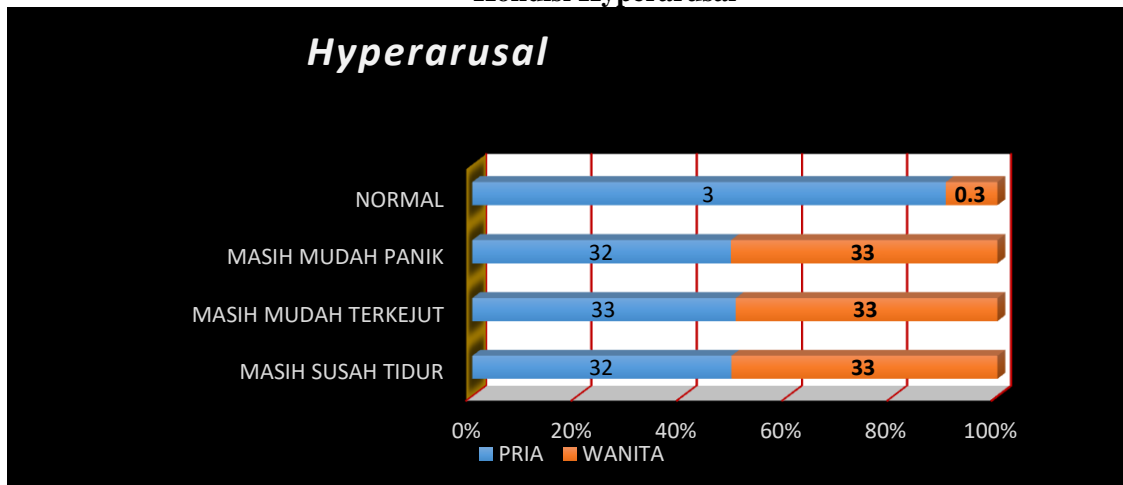


Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

**Avoidance** atau menghindari hal-hal yang berkaitan dengan ingatan akan bencana, misalnya menghindari pikiran atau perasaan atau percakapan tentang bencana; menghindari aktivitas, tempat, atau orang yang mengingatkan penyintas dari trauma, ketidakmampuan untuk mengingat bagian penting dari bencana, termenung terus dengan tatapan dan pikiran yang kosong.

3) **Hyperarusal.**

**Gambar 6  
 Kondisi Hyperarusal**

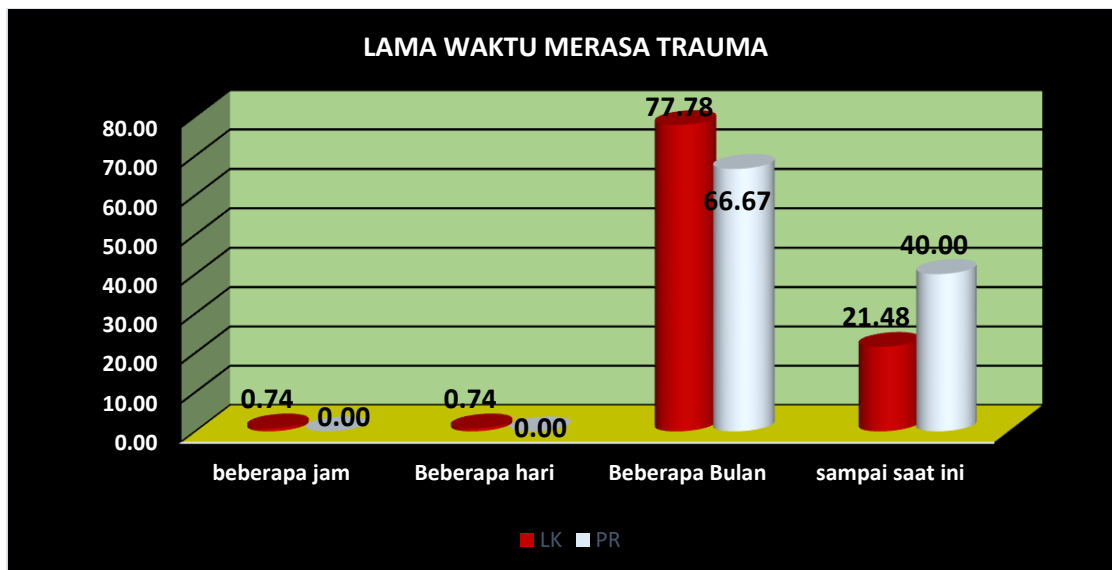


Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

**Hyperarusal** atau rangsangan yang berlebihan. Misalnya kesulitan tidur; sangat mudah marah atau kesulitan berkonsentrasi; jantung mudah berdebar-debar, keringat dingin, panik dan nafas terengah-engah saat teringat kejadian, kesulitan konsentrasi dan mudah terkejut.

c. Proses Rehabilitasi.

**Gambar 6**  
**Lama Waktu Korban Gempa Merasakan Trauma**



Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

Bagian dari masa pemulihan adalah melakukan proses rehabilitasi atau rekonstruksi terhadap orang ataupun benda yang telah menjadi korban atau terdampak akibat musibah gempa bumi. Dari masa tanggap darurat hingga masarehabilitasi atau rekonstruksi keterlibatan semua pihak sangat nyata peran dan kontribusinya. Namun demikian sejalan dengan berlalunya waktu para relawan atau pihak – pihak yang tadinya terlibat aktif terlibat beransur berkurang bahkan hilang, padahal dampak secara psikologi, sosial dan ekonomi akibat musibah gempa memiliki rentang waktu yang cukup lama. Berdasarkan hasil temuan lapangan dalam penelitian ini, baik melalui angket bahwa dari 250 orang responden yang menyatakan masa trauma atau takut akibat gempa hingga saat ini sebanyak 21,48 bagi penyintas laki-laki dan 40% bagi penyintas perempuan, sedangkan masa trauma yang jangkanya lebih dari 1 bulan 77,78 % bagi penyintas laki-laki dan 66, 67 bagi penyintas perempuan dan kurang dari 1 % yang menyatakan hanya beberapa jam atau hari, hal ini dikuatkan dengan hasil wawancara langsung dan *Focus Group Discussion* (FGD).

Data diatas mendeskripsikan bahwa masa trauma yang dialami oleh perempuan lebih lama dibandingkan dengan laki-laki, hal ini disebabkan oleh berbagai faktor yang salah satu dari faktor tersebut adalah kerentanan psikologi perempuan lebih tinggi dari laki-laki.

**Tabel 4**  
**Data prosentase Tempat Yang Paling Sering Dikunjungi**  
**Untuk Mengurangi Rasa Trauma**

Tempat Yang Paling Sering Dikunjungi Untuk Mengurangi Rasa Trauma	LAKI	PEREMPUAN
Masjid/Musholla	36.30	38.10
Posko Pengungsian	68.15	73.33
Posko Relawan	5.19	4.76
Pos Kamling	0	1.48
Lainnya	0.95	1.48

Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

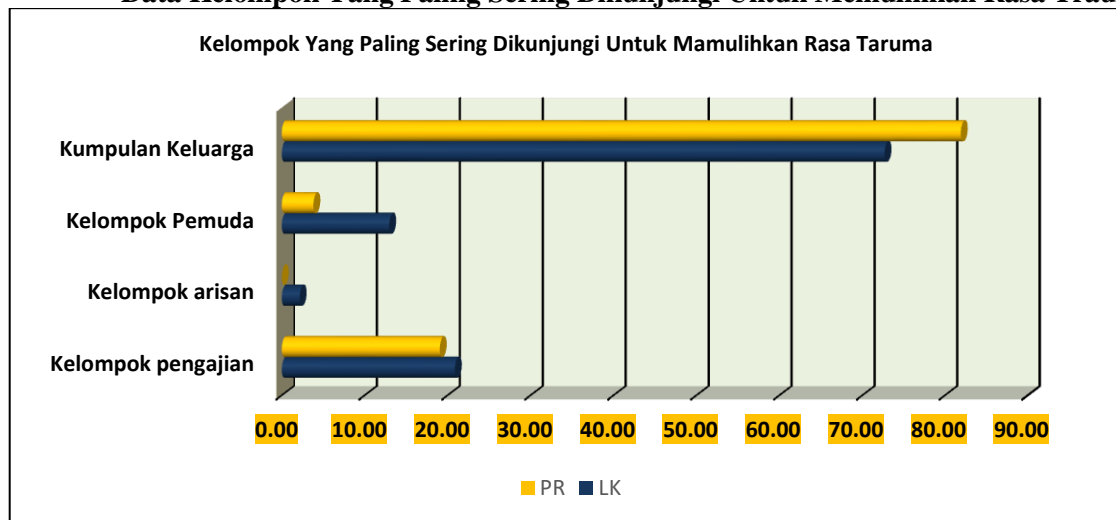
Dalam masa-masa rehabilitasi ini, para penyintas masih banyak yang tinggal di tempat tempat pengungsian. Tinggal di tempat pengungsian menjadi problem atau masalah tersendiri seperti langgeng masa trauma korban, kehidupan belum normal karena banyak keterbatasan, menunggu janji bantuan yang belum ada kepastian. Dalam situasi atau masa tersebut manusia membutuhkan orang lain untuk berbagi rasa, mencari informasi dan bertegur sapa untuk

mengurangi beban dan menghilangkan trauma akibat gempa dan segala dampaknya. Terkait dengan hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh melalui angket, wawancara, observasi dan FGD ditemukan fakta bahwa lokasi yang paling sering dikunjungi adalah posko pengungsian, musholla/masjid dan posko relawan.

Data tersebut memberikan makna bahwa setiap individu manusia membutuhkan tempat dimana banyak orang berkumpul untuk mengurangi semua beban baik beban psikologi maupun beban materi.

Hal ini diperkuat dengan data lain yang diperoleh dari hasil angket yang disebar yaitu sebagai berikut;

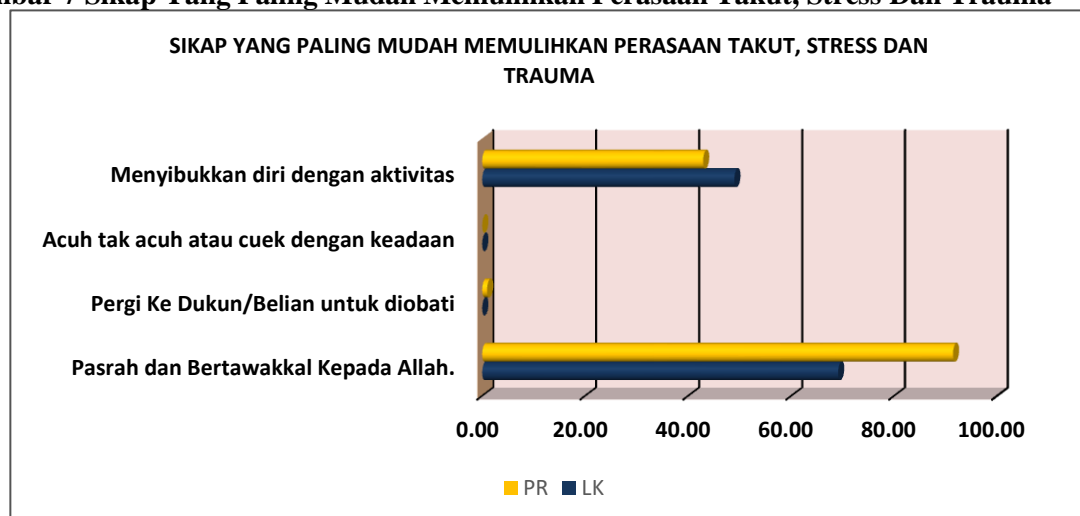
**Gambar 6**  
**Data Kelompok Yang Paling Sering Dikunjungi Untuk Memulihkan Rasa Trauma**



Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

Beragam cara yang dilakukan oleh setiap orang untuk megurangi rasa traumanya dari dampak musibah. Termasuk apa yang dilakukan oleh masyarakat sambelia yang mengalami musibah gempa bumi. Selain melakukan kunjungan atau silaturahmi untuk berbagi rasa dan harta, menyibukkan diri dengan malakukan aktivitas merupakan salah satu sikap yang dilakukan oleh setiap orang sesuai persepsi yang dimiliki terkait tentang apa yang sedang dialami. Hal ini sejalan dengan apa yang terungkap dalam pernyataan masyarakat sebagai responden bahwa menyibukkan diri dengan berbagai aktivitas serta bertawakkal pada Allah SWT adalah cara paling efektif menghilangkan rasa takut dan trauma. Hal ini dibuktikan dengan hasil temuan berikut;

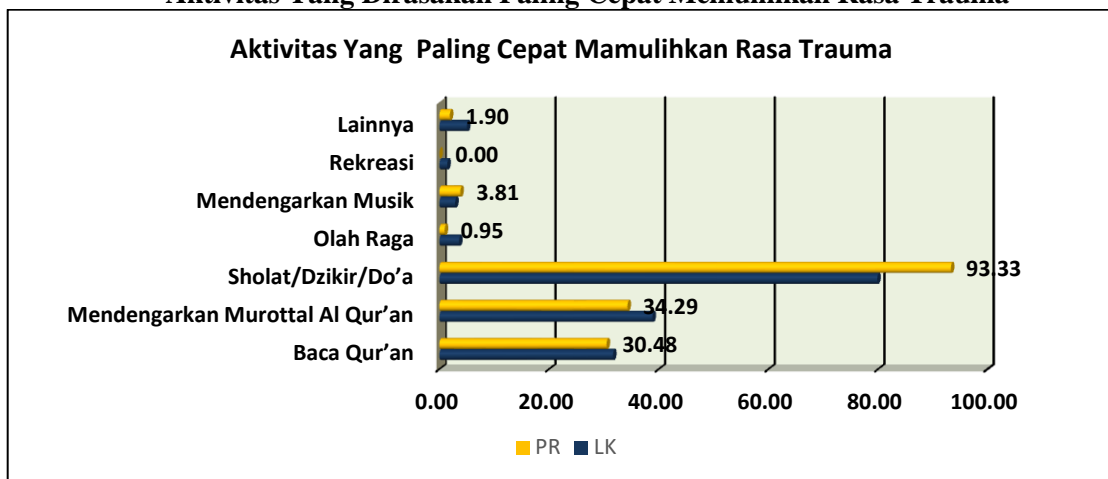
**Gambar 7 Sikap Yang Paling Mudah Memulihkan Perasaan Takut, Stress Dan Trauma**



Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas yang paling dominan dilakukan oleh penyintas disaat-saat mereka sedang mengalami trauma adalah menyibukkan diri dalam aktivitas. Aktivitas atau kegiatan yang paling dirasa mampu mengurangi rasa takut dan trauma oleh para responden adalah mengingat dan berpasrah diri pada Allah SWT melalui sholat/zikir dan do'a (93,33%) baca qur'an (30,48 %), dan mendengarkan al-qur'an (34,29%) selain itu aktivitas lainnya adalah mendengarkan music (3,81%), olah raga (0,95) dan lainnya (1,90%)

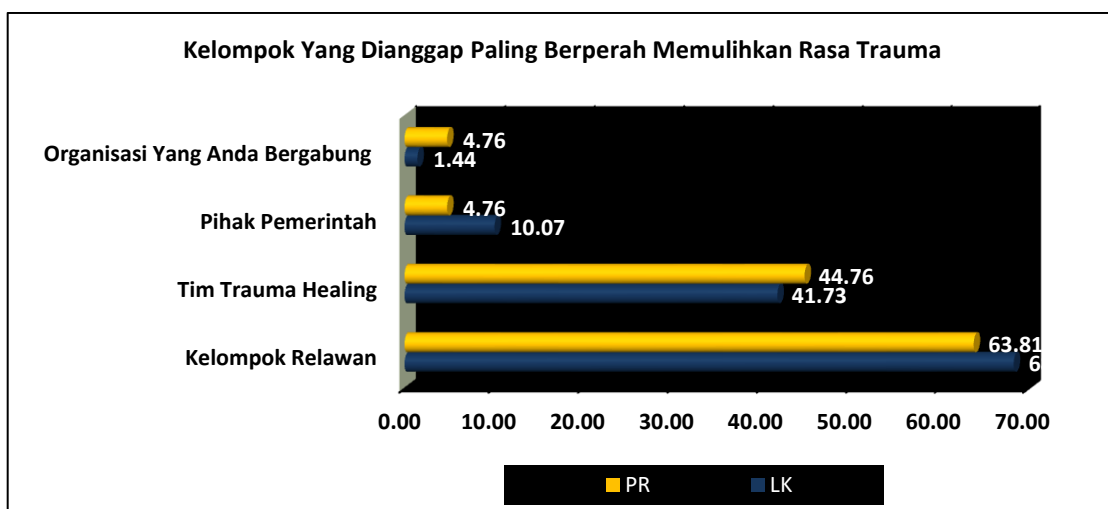
**Gambar 8**  
**Aktivitas Yang Dirasakan Paling Cepat Memulihkan Rasa Trauma**



**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

Musibah gempa bumi yang terjadi di kecamatan sambelia telah menimbulkan rasa duka bagi para korban dan keperihatinan bagi pihak lain. Wujud keperihatinan itu ditunjukkan dengan keterlibatannya relawan dalam membantu para korban dengan beragam cara dan bentuk kontribusi. Tentu banyak pihak yang telah terlibat mulai dari masa tanggap darurat, pemulihan dan masa rekonstruksi atau rehabilitasi untuk membantu para penyintas keluar dari masalah baik yang menyangkut ketraumaan, sosial dan ekonomi.

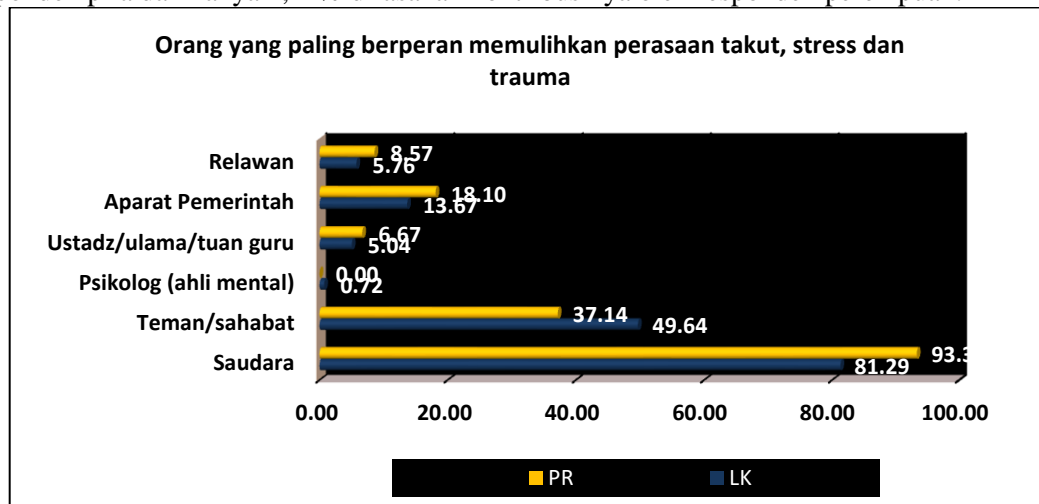
**Gambar 9**  
**Aktivitas Yang Dirasakan Paling Cepat Memulihkan Rasa Trauma**



**Sumber; Data Diolah Dari Hasil Survey**

Khusus berkaitan dengan aspek psikologi hubungan dengan rasa trauma atau takut, masyarakat atau respon memiliki kesan yang berbeda terkait dengan pihak kelompok yang paling berperan dalam

mengatasi rasa trauma korban. Yang paling berperan dalam mengatasi trauma korban adalah relawan yang menurut responden perempuan 68,35% sedangkan responden pria 63,81%, artinya responden perempuan lebih tinggi merasakan kontribusi relawan secara umum dalam pemulihan rasa trauma. Kelompok berikutnya adalah relawan yang Melakukan trauma healing, responden pria lebih merasakan kontribusi relawan trauma *healing* yaitu 44,76%, dan perempuan 41,73% dalam mengatasi trauma mereka, sedangkan keterlibatan pihak pemerintah dalam mengatasi trauma bagi korban sebanyak 10,07% dirasakan oleh responden perempuan, dan 4,76% dirasakan oleh responden pria. Sedangkan kelompok yang paling kurang dirasakan kontribusinya dalam mengatasi rasa trauma korban musibah gempa adalah organisasi kemasayarakat yang mereka terlibat di dalamnya yaitu 4,76% dirasakan oleh responden pria dan hanya 1,44% dirasakan kontribusinya oleh responden perempuan.



Selain keterlibatan kelompok, peran personal atau individu dalam membantu menghilangkan rasa trauma bagi korban gempa adalah juga penting dan nyata dirasakan keterlibatan atau kontribusinya. Orang atau individu yang dimaksud dalam penelitian adalah antara lain saudara yang dianggap dan dirasakan paling besar kontribusinya yaitu saudara sebesar 93,33% dirasakan oleh responden perempuan dan 81,29 % dirasakan oleh responden pria. Berikutnya adalah sahabat dirasakan kontribusinya sebesar 49,64 oleh responden pria, dan 37, 14% dirasakan oleh responden perempuan. Selanjutnya unsur pemerintah, ustadz dan unsur relawan.

## G. Simpulan

1. Dampak gempa pada masa tanggap darurat adalah rasa cemas paling banyak dirasakan yaitu sebanyak 81%, perasaan gelisah sebanyak 77%, tidak merasa aman tinggal di rumah 69%, sangat sedih 62%, dan merasa tidak berdaya 23% namun demikian secara umum kondisi psikologi masyarakat korban cukup baik untuk menghadapi dan menatap hari-hari berikutnya dalam menata kembali pranata kehidupan pasca gempa.
2. Dampak gempa pada masa pemulihan yaitu setelah masa lebih dari dua bulan masih mengalami **Pasca Trauma Stress Disorder (PTSD)**, yaitu *reexperience* (mengingat kembali peristiwa), *avoidance* (menghindari tempat yang mengingatkan musibah gempa), *hyperarousal* (rangsangan atau rasa takut yang berlebihan).

3. Dampak gempa pada masa rehabilitasi menunjukan bahwa masa trauma yang dialami oleh perempuan lebih lama dibandingkan dengan laki-laki, hal ini disebabkan oleh berbagai faktor yang salah satu dari faktor tersebut adalah kerentanan psikologi perempuan lebih tinggi dari laki-laki.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Lombok Timur. 2017. *Kecamatan sambelia Dalam Angka 2017*.
- Badan Penanggulangan Bencana Daerah Provinsi NTB. 2018
- Djauhari Noor, 2011. *Geologi Perencanaan*. Yogyakarta. Graha Ilmu

**Mistra, 2007. Antisipasi Rumah di Daerah Rawan Banjir, Depok : Penebar Swadaya**

**Nurjanah, R. Sugiharto, Kuswanda Dede, Siswanto BP, Adikoesoemos. 2011. Manajemen bencana. Jakarta: ALFABETA BANDUNG.**

**Undang-Undang No 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, Jakarta.**

**Yudhistira. 2006. Sosiologi Suatu Kajian Kehidupan Masyarakat. Jakarta :Ghalia Indonesia**

**Yunus, H.S. 2010. Metodologi Penelitian Wilayah Kontemporer. Yogyakarta:Pustaka Pelajar.**

Anwar J, Mpofo E, Matthews LR, Shadoul AF, Brock KE. Reproductive health and access to healthcare facilities: risk factors for depression and anxiety in women with an earthquake experience. BMC Public Health. 2011;11:523.

Ijaz S. et al. Mindfulness in Salah Prayer and its Association with Mental Health.

Relig Health. 2017 56(6):2297-2307 doi: 10.1007/s10943-017-0413-1.

Lauer, Robert. 2003. *Perspektif Tentang Perubahan Sosial. Jakarta: Rineka Cipta*

Pawiro dikromo widodo, 2012. *Seismologi Teknik Dan Rekayasa Kegempaan. Yogyakarta. Pustaka Pelajar*

Puspa, Ratih,2014. *Pengertian-Pengertian Dasar Hubungan Masyarakat. Modul 1. (Indonesia Online). [Repository.ut.ac.id](http://Repository.ut.ac.id). Diakses pada tanggal 24 Agustus 2019*

Saleema AG, Rozina KS, & Zahid AF. Role of community health nurse in earthquakeaffected areas. J Pak Med Assoc. 2012. Vol. 62 No.10

Sarafino, E.P, 1998. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. New York: Jhon Wiley & Sons, Inc

Surendra S, et al. Post-disaster mental health and psychosocial support: experience from the 2015 Nepal earthquake. WHO South-East Asia Journal of Public Health. 2017. Doi: 10.4103/2224-3151.206160 Available from:

<https://www.researchgate.net/publication/316892957>

Syani, Abdul. 2002. *Sosiologi Skematika, Teori dan Terapan*. Jakarta: Bumi Aksara.