

**DAMPAK PSIKOLOGIS PASCA TRAUMA
AKIBAT ERUPSI MERAPI**

**(Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung,
Kabupaten Magelang)**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata I

Disusun Oleh:

Sumarno
NIM. 08220006

Pembimbing:

Muhsin, S.Ag., M.A.
NIP. 19700403 200312 1 001

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
2013**



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281 email: fd@uin-suka.ac.id

PENGESAHAN SKRIPSI/TUGAS AKHIR

Nomor: UIN.02/DD/PP.00.9/24/2014

Skrripsi/Tugas Akhir dengan judul :

**DAMPAK PSIKOLOGIS PASCA TRAUMA AKIBAT ERUPSI MERAPI
(STUDY KASUS TIGA WARGA DUSUN JENGGLIK, DESA NGABLAK,
KECAMATAN SRUMBUNG, KABUPATEN MAGELANG)**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Sumarno
Nomor Induk Mahasiswa : 08220006
Telah dimunaqasyahkan pada : Kamis, 18 Desember 2013
Nilai Munaqasyah : B+

dan dinyatakan diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga.

TIM MUNAQOSYAH

Ketua Sidang/Penguji I,

Muhsin, S.Ag.,MA.
NIP. 19700403 200312 1 001

Penguji II,

Dr. Nurjannah, M.Si.
NIP. 19600310 198703 2 001

Penguji III,

Dr. Irsyadunnas, M.Ag.
NIP. 19710413 199803 1 006

Yogyakarta, 18 Desember 2013

Dekan,



H. Wayono, M.Ag
NIP. 19701010 199903 1 002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto, Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Sumarno
NIM : 08220006
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Dampak Psikologis Pasca Trauma Akibat Erupsi Merapi
(Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak,
Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang)

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu Dalam Bidang Ilmu Sosial Islam.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr.wb

Yogyakarta, 24 Oktober 2013

Mengetahui,

Ketua Jurusan

Nailul Falah, S.Ag., M.Si.
NIP. 19721001 199803 1 003

Pembimbing

Muhsin, S.Ag., M.A.
NIP. 19700403 200312 1 001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sumarno
NIM : 08220006
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa dalam skripsi saya yang berjudul: DAMPAK PSIKOLOGIS PASCA TRAUMA AKIBAT ERUPSI MERAPI (*Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang*) adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab penyusun.

Yogyakarta, 24 Oktober 2013

Yang Menyatakan,



Sumarno
NIM. 08220006

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan rasa syukurku kepada Allah dan rasa terima kasihku untuk
kedua orangtua

Dan teruntuk kakak dan adikku tercinta...

Serta Almamaterku kampus putih tercinta,
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

MOTTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ^١

وَدَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ

رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾ أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ^٢ وَأُولَئِكَ هُمُ

الْمُهْتَدُونَ ﴿١٥٧﴾

“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan,

“Innaa lillaahi wa innaa ilaihi raaji uun”

Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”¹

¹ Al-Baqarah (2): 155-157.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil ‘alamin, puji syukur tercurah kehadirat Illahi Robbi, Tuhan Yang Maha Pemurah lagi Maha Penyayang. Berkat rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Shalawat dan salam semoga tercurah kepada Nabiullah Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, serta pengikutnya yang senantiasa istiqomah dijalan-Nya.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan karena pengarahan, bimbingan, dorongan, dan bantuan baik moral maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu saya menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Musya Asy’arie selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Waryono Abdul Ghofur, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Nailul Falah, S.Ag, M.Si., selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan berbagai kemudahan kepada saya.
4. Rasa hormat, terima kasih, dan penghargaan yang tinggi saya sampaikan kepada Bapak Muhsin, S.Ag., M.A. yang penuh kesabaran, kearifan, dan kebijaksanaan telah memberikan bimbingan, arahan, dorongan yang tidak henti-hentinya di sela-sela kesibukannya.
5. Ucapan terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada Bapak Muchammad Choirudin, S.Pd., selaku Pembimbing Akademik, yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama menempuh studi di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.
6. Ucapan terima kasih yang tulus juga saya sampaikan kepada seluruh Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah membekali saya dengan pengetahuan dan ilmu yang bermanfaat.

7. Terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada dewan penguji yang telah bersedia menguji Tugas Akhir Skripsi saya.
8. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada keluarga besar ketiga korban erupsi Merapi yaitu Siti Saniah, Mursono, dan Sulastri yang telah bersedia untuk menjadi subjek dalam penelitian.
9. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada kedua orang tuaku tercinta yang selalu mendukung baik dari segi moral maupun materiil serta doanya.
10. Terima kasih saya sampaikan kepada teman sejawat khususnya angkatan 2008, dan handai tolan yang tidak dapat saya sebutkan satu demi satu yang telah memberikan do'a, dukungan moral, bantuan, dan dorongan kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan studi dengan baik.

Penulis menyadari jika skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Segala kekurangan yang ada dikarenakan keterbatasan yang penulis miliki. Oleh karena itu, saran, masukan, dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan.

Yogyakarta, 24 Oktober 2013

Penulis,

Sumarno
NIM. 08220006

ABSTRAK

Sumarno, 2013. *Dampak Psikologis Pasca Trauma Akibat Erupsi Merapi (Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang)*. Skripsi, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Skripsi ini dibawah bimbingan Muhsin, S.Ag., M.A.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak psikologis yang dirasakan oleh tiga warga Dusun Jengglik pasca trauma akibat erupsi Merapi dan upaya penanganan dari dampak psikologis pasca trauma.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif kasus dampak psikologis pasca trauma dari Siti Saniah, Mursono, dan Sulastri. Objek terhadap penelitian adalah dampak psikologis yang dirasakan dan cara penanganan pasca trauma yang dilakukan terhadap tiga warga Dusun Jengglik. Data berupa uraian tertulis berupa gangguan psikologis dan dianalisis secara deskriptif. Langkah awal dengan mendiskripsikan gambaran umum Dusun Jengglik dan profil subjek penelitian ditinjau dari latar belakang pendidikan, latar belakang agama, latar belakang ekonomi, dan dampak erupsi Merapi terhadap psikologis. Langkah berikutnya adalah menjelaskan dampak psikologis, dampak psikologis pasca trauma tiga korban erupsi Merapi, dan cara penanganan pasca trauma.

Hasil penelitian menunjukkan dampak psikologis pasca trauma yang dialami oleh ketiga subyek yaitu selalu teringat akan peristiwa traumatik (*intrusive re-experiencing*) dalam dalam hal ini bencana erupsi Merapi. Sani mengalami kesadaran berlebih (*arousal*) yang menyebabkan dirinya mengalami gangguan tidur, *avoidance*, dan menghindari pembicaraan yang berhubungan dengan erupsi Merapi. Gangguan kesadaran berlebih yang dialami oleh Sulastri, dimana dirinya menjadi sulit untuk berkonsentrasi. Upaya penanganan dampak psikologis pasca trauma yang dilakukan adalah dengan memantapkan niat dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, aktifitas sosial kebudayaan, serta terapi dengan relaksasi dan permainan.

Kata Kunci: *Dampak psikologis, pasca trauma, erupsi Merapi*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	8
E. Kajian Pustaka.....	9
F. Kerangka Teori.....	13
G. Metode Penelitian.....	27
H. Sistematika Pembahasan	35

**BAB II: GAMBARAN UMUM DUSUN JENGGLIK DAN PROFIL TIGA
WARGA DUSUN JENGGLIK PASCA ERUPSI MERAPI**

A. Gambaran Umum Dusun Jengglik	36
B. Profil Tiga Warga Dusun Jengglik Pasca Erupsi Merapi	49
1. Subjek 1 (Siti Saniyah)	51
2. Subjek 2 (Mursono)	57
3. Subjek 3 (Sulastri)	64

**BAB III: DAMPAK PSIKOLOGIS TIGA KORBAN ERUPSI MERAPI
PASCA TRUMA**

A. Dampak Psikologis Tiga Korban Erupsi Merapi	69
1. Subjek 1 (Siti Saniyah)	69
2. Subjek 2 (Mursono)	75
3. Subjek 3 (Sulastri)	79
B. Upaya Penanggulangan Dampak Psikologis Pasca Trauma Tiga Korban Erupsi Merapi	84
1. Memantapkan Niat dan Lebih Mendekatkan Diri Kepada Allah SWT	85
2. Terapi Aktifitas Sosial dan Kebudayaan	90
3. Relaksasi dan Permainan	92

BAB IV: PENUTUP

A. Kesimpulan.....	99
B. Saran-saran	100
C. Kalimat Penutup	102

DAFTAR PUSTAKA	103
-----------------------------	------------

LAMPIRAN-LAMPIRAN	106
--------------------------------	------------

DAFTAR TABEL

Tabel 1: Penggolongan Penduduk Berdasarkan Mata Pencaharian	41
Tabel 2: Penggolongan Penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 3: Data Penduduk yang Masih Menempuh Pendidikan	44
Tabel 4: Sarana Komunikasi dan Informasi	46
Tabel 5: Sarana Transportasi	48
Tabel 6: Kondisi Pasca Trauma dan Upaya Penanganan Pasca Trauma Siti Saniyah	94
Tabel 7: Kondisi Pasca Trauma dan Upaya Penanganan Pasca Trauma Mursono	95
Tabel 8: Kondisi Pasca Trauma dan Upaya Penanganan Pasca Trauma Sulastri	97

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Penelitian ini berjudul “Dampak Psikologis Pasca Trauma Akibat Erupsi Merapi (Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang)”, supaya tidak terjadi salah penafsiran dan kekeliruan dalam memahami judul skripsi ini, maka penulis perlu memberikan batasan-batasan pembahasan istilah yang terdapat dalam judul ini, yaitu sebagai berikut:

1. Dampak Psikologis

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia dampak adalah benturan, pengaruh yang mendatangkan akibat baik positif maupun negatif.² Sedangkan Psikologis adalah berkenaan dengan kejiwaan,³ ilmu yang mempelajari tentang perilaku. Dampak psikologis pada akhirnya dapat berlanjut pada gangguan kejiwaan yang merupakan sebuah kelainan yang terjadi bukan kelainan jasmani, anggota tubuh atau kerusakan pada sistem otak. Kelainan-kelainan tersebut diantaranya adalah ketegangan jiwa, depresi, cemas, stres, was-was, kompulsi yang tidak disengaja, *conversion hysteria*, merasa tidak bersemangat dan tidak mampu mencapai tujuan, takut, pikiran gelap meliputi individu dalam kesadarannya, sehingga pikiran bercabang-cabang dan dalam tidur tidak lelap.⁴ Kaitannya dengan penelitian ini

²Pusat Bahasa DEPDIKNAS, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (edisi III), (Jakarta: Balai Pustaka, 2005), hlm. 234.

³*Ibid*, hlm. 901.

⁴ Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, jilid II terj Zakiah Darajat (Jakarta: Bulan Bintang 1977), hlm. 58.

dampak psikologis adalah sesuatu yang mempengaruhi atau mendatangkan akibat positif maupun negatif terhadap kondisi kejiwaan yang mengganggu atau berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari.

2. Pasca Trauma

Pasca adalah bentuk terikat yang berarti setelah atau se usai.⁵ Sedangkan trauma adalah menghadapi atau merasakan sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun psikologi seseorang, yang membuatnya tidak lagi merasa aman, menjadikannya merasa tidak berdaya dan peka dalam menghadapi bahaya.⁶ Jadi pasca trauma adalah gangguan mental pada seseorang yang muncul sesudah orang itu mengalami suatu pengalaman traumatik dalam kehidupan maupun suatu peristiwa yang mengancam keselamatan jiwanya. Kaitannya dengan penelitian ini adalah kondisi yang dihadapi setelah mengalami stres, depresi maupun khawatir secara berlebihan yang dikarenakan seseorang mengalami kejadian yang tidak menyenangkan salah satunya adalah bencana alam, sehingga dirinya menjadi merasa tidak aman dan tidak berdaya.

3. Akibat Erupsi Merapi

Akibat adalah sesuatu yang merupakan akhir atau hasil suatu peristiwa (perbuatan, keputusan); persyaratan atau keadaan yang mendahuluinya. Erupsi adalah letusan gunung api. Sedangkan Merapi adalah sebuah gunung berapi yang berlokasi di perbatasan antara Provinsi

⁵Salim Peter Yenny, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (edisi I), (Jakarta: Modern English Press, 1991), hlm. 1103.

⁶*Ibid*, hlm. 16.

Jawa Tengah dan Yogyakarta. Gunung ini terkenal akan aura mistis dan aliran awan panas (*wedhus gembel*) yang bergerak dengan kecepatan 120 kilometer/jam. Kaitannya dengan penelitian ini, dampak erupsi Merapi adalah hasil atau akhir keadaan dikarenakan letusan Gunung Merapi yang berada di antara Provinsi Yogyakarta dan Jawa Tengah.

4. Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung

Warga adalah sekelompok orang atau individu yang tinggal dan menetap di sebuah daerah. Dalam hal ini ditujukan kepada tiga orang, yaitu Mursono, Sulastri, dan Siti Saniyah. Jengglik adalah salah satu dusun di Desa Ngablak yang terletak di kecamatan Srumbung Kabupaten Magelang. Kaitannya dengan penelitian ini adalah pengambilan subjek penelitian yang merupakan tiga warga yang tinggal dan menetap di Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang.

Berdasarkan dari penjabaran dan pengertian istilah di atas (penegasan judul), maka skripsi dengan judul Dampak Psikologis Pasca Trauma Akibat Erupsi Merapi (Studi Kasus Tiga Warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, Kabupaten Magelang) adalah penelitian yang mencari tentang hal-hal atau sesuatu yang timbul dari jiwa atau gangguan-gangguan yang mempunyai pengaruh buruk terhadap tiga warga Dusun Jengglik yang terkena peristiwa letusan Merapi, dan cara menangani perilaku serta gangguan yang muncul setelah ketiga subjek merasakan kondisi yang berbahaya.

B. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan Negara kepulauan yang berada di antara dua samudera dan dilewati dua sikrum gunung berapi. Kondisi tersebut menjadikan Indonesia menjadi negara yang rawan terkena bencana alam. Bencana alam yang potensial terjadi di Indonesia adalah gempa tektonik maupun vulkanik dari skala kecil sampai skala besar. Sejak akhir tahun 2009 sampai saat ini negara Indonesia ditimpa berbagai macam bencana alam dalam waktu yang berdekatan, seperti terjadinya banjir bandang di Wasior, terjadinya tsunami di Mentawai, dan meletusnya Gunung Merapi di Yogyakarta-Magelang, serta banjir yang menimpa Ibu Kota Negara Indonesia. Berbagai bencana alam lainnya juga setiap tahun terjadi di beberapa daerah, seperti banjir dan tanah longsor. Kejadian bencana alam yang datang silih berganti tentu menimbulkan kerugian material yang besar, seperti kehilangan harta benda dan kerusakan infrastruktur. Selain itu, kerugian secara psikis atau mental juga dirasakan oleh korban. Reaksi psikologis yang muncul dari masyarakat sesaat setelah bencana terjadi umumnya *shock* yang kemudian berkembang menjadi penghayatan psikologis yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya. Dalam undang-undang, bencana diartikan sebagai peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan baik oleh faktor alam dan faktor non alam maupun faktor manusia, yang mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis.⁷

⁷ Undang-Undang No. 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana Alam, Pasal 1 ayat 2.

Gunung Merapi merupakan salah satu gunung teraktif yang terletak diantara Provinsi Jawa Tengah dan provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Keberadaan Gunung Merapi memberikan dampak positif maupun negatif bagi masyarakat sekitar. Contoh dari dampak positif keberadaan Gunung Merapi adalah masyarakat sekitar dapat memanfaatkan daerah atau lingkungan sebagai daerah tujuan wisata, dan suburnya tumbuhan di sekitar Gunung Merapi, sedangkan beberapa dampak negatif dari keberadaan Gunung Merapi adalah dampak psikologis (*jiwa*), dampak sosial, dampak lingkungan, dampak kesehatan, dan dampak material. Sebagian besar masyarakat sekitar merasakan dampak negatif Gunung Merapi saat terjadinya bencana alam yaitu erupsi Merapi.

Letusan Gunung Merapi yang terjadi pada tahun 2010 merupakan letusan Merapi terburuk sejak letusan tahun 1870 atau yang terburuk dalam kurun waktu 100 tahun. Letusan tersebut menimbulkan berbagai dampak bagi kehidupan masyarakat sekitar kawasan Gunung Merapi di berbagai aspek, salah satunya kerusakan lingkungan. Selain dampak tersebut, keadaan sosial masyarakat terutama pengungsi yang berada di pengungsian yang sesak, dan dengan beban pikiran yang berat pasca letusan Merapi memungkinkan mereka untuk terkena gangguan psikologis.

Pada setiap peristiwa atau kejadian yang menimbulkan perasaan terancam secara fisik maupun psikologis, baik ancaman itu nyata maupun hanya ada dalam pikiran, membuat tidak aman dan tidak berdaya dan merasa tidak sanggup

menanggungnya.⁸ Terlebih ketika adanya kerugian bahkan kehilangan salah satu atau semua yang dimiliki oleh setiap individu, maka setiap individu pastinya akan merasakan stres dan berlanjut pada keadaan trauma ketika dirinya tidak dapat menyeimbangkan atau mengatur kehidupan setelah peristiwa yang dialami. Gangguan tersebut juga tidak hanya dirasakan oleh anak-anak atau remaja, melainkan dewasa sampai orang tua.

Dampak luar biasa yang muncul pasca bencana, menjadi sebuah pertimbangan urgensi penanganan trauma. Penanganan yang dilakukan *non-intrusive* tetapi harus lebih diarahkan pada pemberian rasa aman dan penyediaan suasana yang ceria serta menyenangkan. Berbagai persoalan di atas sudah cukup mengidentifikasi bahwa bencana erupsi Merapi yang terjadi pada tahun 2010 banyak meninggalkan kisah dan keluh kesah yang cukup mendalam bagi rakyat Indonesia khususnya para warga dan korban yang berdomisili di daerah sekitar Gunung Merapi. Namun hal itu juga yang mendorong seseorang untuk mengevaluasi diri atau sebagai bahan untuk memotivasi diri menjadi manusia yang lebih baik dalam bersabar menghadapi cobaan atau musibah, sehingga menjadi pertimbangan yang penting untuk dilakukan tindakan pencegahan dan penyembuhan supaya tidak berperilaku menyimpang dan berpengaruh terhadap kehidupan di masa yang akan datang. Dalam proses dan hasilnya terkadang tidak semua berjalan sesuai dengan mekanisme atau harapan, maka kondisi akhir tentu berbeda.

⁸ Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak, dan Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010), hlm. 17.

Meletusnya Gunung Merapi pada tanggal 26 Oktober 2010 banyak menyebabkan kerugian yang dirasakan oleh warga sekitar Gunung Merapi, mulai dari Yogyakarta hingga kota-kota disekitarnya. Dusun Jengglik yang berada di Desa Ngablak Kecamatan Srumbung Magelang merupakan salah satu kawasan yang terkena dampak dari erupsi Merapi selain daerah Sleman di Yogyakarta, serta Klaten dan Boyolali di Jawa Tengah. Dusun Jengglik yang berada di Desa Ngablak merupakan jalur aliran lahar dingin yang melewati Sungai Putih sehingga menyebabkan seluruh warga di desa tersebut untuk diungsikan. Siti Saniyah, Mursono, dan Sulastri merupakan tiga warga Dusun Jengglik korban erupsi Merapi. Ketiga warga Dusun Jengglik tersebut memiliki karakteristik psikologis yang ebrbeda-beda. Dari karakteristik yang berbeda tersebut tentunya cara penanganan dampak psikologis pasca trauma yang dilakukan juga berbeda. Walaupun terkena bencana erupsi Merapi, ketiga warga Dusun Jengglik tersebut mempunyai perilaku yang diteliti, yakni tentang sikap yang tegar, optimis dan mampu untuk berjuang dari keterpurukan yang disebabkan oleh bencana alam. Gangguan yang muncul pada korban bencana letusan Gunung Merapi antara lain rasa takut terhadap gempa, takut melihat gunung, takut terhadap suara gemuruh, dan hal lain yang dapat mengingatkan mereka pada peristiwa letusan Gunung Merapi. Gangguan tersebut mengakibatkan adanya gangguan psikologis yang dirasakan dari hasil penglihatan dan penilaian peristiwa-peristiwa yang dialaminya. Peristiwa itu disebut sebagai distres, disebabkan oleh ketidakseimbangan antara tuntutan yang diterima dan menghadang kekuatan yang

dimiliki.⁹ Melihat permasalahan di atas, maka muncul pertanyaan dan rasa keingintahuan tentang bagaimana dampak psikologis pasca trauma yang dirasakan oleh tiga warga Dusun Jengglik akibat erupsi Merapi.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana dampak psikologis tiga warga Dusun Jengglik pasca trauma akibat erupsi Merapi?
2. Bagaimana upaya penanganan dampak psikologis pasca trauma yang dilakukan terhadap tiga warga Dusun Jengglik akibat erupsi Merapi?

D. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan sebagai berikut:

- a. Mengetahui dampak psikologis yang dirasakan oleh ketiga warga Dusun Jengglik pasca trauma akibat erupsi Merapi atau setelah adanya penanganan.
- b. Mengetahui upaya atau penanganan yang dilakukan oleh warga Dusun Jengglik untuk bangkit dari dampak psikologis pasca trauma.

⁹ Terry dan Olga, *Managing Stres*, (Yogyakarta: Baca!, 2004), hlm. 48.

2. Kegunaan penelitian

Kegunaan penelitian ini dapat dirasakan secara teoritis dan secara praktis.

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan teori mengenai penanganan gangguan psikologis pasca trauma bagi korban bencana alam, dan memberikan kontribusi berkaitan dengan bidang bimbingan dan konseling Islam.

b. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang penanganan gangguan psikologis pasca trauma korban bencana alam, sehingga para relawan bencana, psikiatri, maupun masyarakat umum dapat mengetahui cara penanganan korban yang mengalami gangguan psikologis.

E. Kajian Pustaka

Penelitian tentang dampak psikologis erupsi Merapi dan hal-hal yang berkaitan dengan meletusnya Gunung Merapi pada dasarnya sudah cukup banyak, baik dalam bentuk skripsi, jurnal, makalah, dan penelitian. Dari berbagai tulisan ini terdapat berbagai macam-macam tema yang diangkat, seperti penelitian yang menghitung kerugian-kerugian pasca erupsi Merapi di Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Sumbung, Magelang. Menurut sepengetahuan penulis, belum ada penelitian yang meneliti cara penanganan atau dampak psikologis erupsi Merapi yang dirasakan oleh warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Sumbung, Magelang. Literatur yang telah didapat di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang berjudul “*Upaya Pemulihan Kondisi Psikologis Korban Bencana Alam Melalui Pendekatan Spiritual*”. Penelitian ini ditulis Dewi Eriyanti dkk., Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Institut Pertanian Bogor, tahun 2011. Penelitian ini membahas tentang korban bencana alam biasanya mengalami gangguan psikologis. Umumnya para korban cenderung berfikir negatif terhadap bencana yang menimpa mereka (pesimistis), sensitif, suka melamun dan kondisi ini diperparah oleh tidak adanya rutinitas pekerjaan yang bisa dilakukan. Upaya pemulihan kondisi psikologis yang sudah dilakukan oleh pemerintah maupun relawan hanya difokuskan untuk anak-anak. Padahal akibat bencana alam juga berdampak besar untuk kalangan dewasa, terlebih lagi karena disebabkan ketidaksiapan menghadapi bencana terutama kecemasan menghadapi masa depan pasca bencana.¹⁰
2. Penelitian yang berjudul “*Dampak Erupsi Merapi Pada Sektor Pertanian Masyarakat Kawasan Lereng Merapi*”. Ditulis oleh Uzaifah dan Mohammad Agus Khoirul Wafa Fakultas Ilmu Agama Islam Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, tahun 2010. Membahas tentang kerusakan yang terjadi akibat erupsi Merapi sedikitnya terdapat 2.271 rumah warga yang rusak, 239 infrastruktur masyarakat seperti sekolah, puskesmas dan pasar juga rusak. Beberapa sarana peribadatan seperti masjid hancur juga tidak luput dari dampak erupsi Merapi. Upaya pemulihannya harus merambah sektor-sektor tersebut agar paling tidak menghidupkan kembali

¹⁰Dewi Eriyanti, *Upaya Pemulihan Kondisi Psikologis Korban Bencana Alam Melalui Pendekatan Spiritual*, penelitian ilmiah tidak diterbitkan, (Bogor: Institut Pertanian Bogor, 2011).

aktivitas produksi sehari-hari warga lereng Merapi yang kebanyakan harta bendanya telah musnah akibat terjangan awan panas ataupun lahar dingin akibat erupsi Merapi tersebut. Salah satu sektor UMKM utama dari penduduk kawasan lereng Merapi adalah sektor pertanian. Hal ini disebabkan karena lahan yang ada di kawasan Merapi merupakan lahan subur yang sarat hara sehingga sektor pertanian menjadi sektor inti di kawasan lereng Merapi.¹¹

3. Skripsi yang berjudul “*Optimalisasasi Peran Keluarga Sebagai Stress Buffer Dalam Menghadapi Bencana*”. Skripsi ini ditulis oleh Rumiani, mahasiswi dari Program Studi Psikologi Universitas Islam Indonesia, tahun 2011. Membahas tentang aspek kebencanaan dan pengembangan masyarakat pasca bencana dengan memberikan dukungan sosial terhadap warga bencana erupsi Merapi di Dusun Kaliadem Desa Sariharjo Magelang.¹²
4. Skripsi yang berjudul “*Dampak Psikologis Bencana Alam Gunung Merapi*”. Skripsi ini ditulis oleh Muhammad Thoha, dari jurusan Bimbingan dan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, tahun 2011. Skripsi ini meneliti tentang dampak psikologis erupsi Merapi dan lebih menekankan pada pengalaman

¹¹Uzaifah dan Mohhammad Agus Khoirul Wafa, *Dampak Erupsi Merapi Pada Sektor Pertanian Masyarakat Kawasan Lereng Merapi*, penelitian ilmiah tidak diterbitkan, (Yogyakarta:Universitas Islam Indonesia, 2010).

¹² Rumiani, *Aspek Kebencanaan Dan Pengembangan Masyarakat Pasca Bencana*, skripsi tidak diterbitkan, (Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia, 2011).

korban erupsi Merapi dalam mengatasi gangguan kejiwaan.¹³ Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian ini yang lebih cenderung menelaah pada dampak psikologis yang dirasakan oleh korban bencana erupsi Merapi pasca trauma atau dapat dikatakan dampak yang dirasakan korban setelah diberikan penanganan pada trauma yang dirasakannya

Dengan melihat beberapa literatur berupa penelitian maupun skripsi di atas, mengidentifikasi adanya perbedaan baik dari judul, fokus penelitian maupun tujuan dari penelitian. Penelitian-penelitian ilmiah di atas lebih banyak mengacu terhadap dampak-dampak pertanian, perekonomian dan perkebunan atau dapat dikatakan sebagai dampak fisik maupun kerugian yang dirasakan oleh warga korban erupsi Merapi dan tempatnya juga secara umum serta lebih mengacu pada dampak yang dirasakan setelah bencana itu terjadi. Sedangkan perbedaannya dengan penelitian ini adalah lebih cenderung pada dampak psikologis yang dirasakan oleh korban bencana erupsi Merapi pasca trauma atau dapat dikatakan dampak yang dirasakan korban setelah diberikan penanganan pada trauma yang dirasakannya. Apakah korban tersebut secara kondisi kejiwaan dapat menjadi manusia yang normal kembali atau korban masih tetap mengalami trauma walaupun telah diberikan penanganan, serta gangguan-gangguan apa saja yang muncul pasca korban mengalami trauma.

¹³ Muhammad Thoha, *Dampak Psikologis Akibat Bencana Erupsi Merapi*, skripsi tidak diterbitkan (Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2011).

F. Kerangka Teori

1. Dampak Psikologis

Dampak berarti pengaruh yang kuat yang menimbulkan akibat baik positif maupun negatif.¹⁴ Sedangkan psikologis adalah kata sifat dari psikologi yang artinya kejiwaan, merupakan sifat dari jiwa seseorang. Secara harfiah psikologi umumnya dimengerti sebagai “ilmu jiwa”. Pengertian ini didasarkan pada terjemahan kata dari bahasa Yunani: *psyche* dan *logos*. *Psyche* berarti “jiwa” atau “nyawa” atau “alat untuk berfikir”. *Logos* berarti “ilmu”. Dengan demikian, psikologi diterjemahkan ilmu yang mempelajari jiwa.¹⁵ Ada beberapa pendapat yang mengemukakan arti psikologi, tetapi di sini penulis hanya dapat menulis salah satu pendapat yang mengatakan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dengan lingkungannya. Termasuk dalam tingkah laku di sini adalah perbuatan-perbuatan terbuka dan tertutup. Tingkah laku terbuka adalah tingkah laku yang langsung dapat dilihat oleh orang lain misalnya makan, minum, berbicara, memukul, menangis dan sebagainya. Sedangkan tingkah laku tertutup adalah tingkah laku yang hanya dapat diketahui secara tidak langsung melalui alat-alat atau metode-metode khusus misalnya berfikir, sedih, berkhayal, bermimpi, takut dan sebagainya. Dari dua istilah tersebut dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis dalam penelitian ini adalah dampak atau pengaruh yang kuat pada jiwa seseorang dikarenakan terjadinya bencana erupsi Merapi pada tahun 2010.

¹⁴ Pius A Partanto, M Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah populer*, (Surabaya: Arloka, 1994) hlm. 92.

¹⁵ Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997) hlm. 3.

Dampak psikologis pada akhirnya berlanjut pada tahap yang lebih kompleks, yaitu gangguan kejiwaan. Gangguan kejiwaan merupakan sebuah kelainan yang terjadi bukan kelainan jasmani, anggota tubuh atau kerusakan pada sistem otak. Kelainan-kelainan tersebut diantaranya adalah ketegangan jiwa, depresi, cemas, stres, was-was, kompulsi yang tidak disengaja, *conversion hysteria*, merasa tidak bersemangat dan tidak mampu mencapai tujuan, takut, pikiran gelap meliputi individu dalam kesadarannya, sehingga pikiran bercabang-cabang dan dalam tidur tidak lelap.¹⁶ Orang yang mentalnya kacau tidak dapat memperoleh ketenangan hidup. Jiwa mereka sering terganggu sehingga menimbulkan stres dan konflik batin. Hal ini menyebabkan timbulnya emosi negatif sehingga dirinya tidak mampu mencapai kedewasaan psikis, mudah putus asa dan bahkan ingin bunuh diri.¹⁷ Sehingga dapat diartikan gangguan kejiwaan adalah suatu masalah yang ada pada diri seseorang yang terletak pada batin atau jiwa atau mental seseorang, sehingga seseorang tersebut tidak dapat mencapai kedewasaan psikis, mudah putus asa dan bahkan ingin bunuh diri. Salah satu faktor penyebab gangguan kejiwaan adalah faktor lingkungan seperti ekosistem yang rusak, iklim yang mempengaruhi kondisi biologis, dan bencana alam.

2. Tinjauan Tentang Dampak Psikologis Akibat Bencana

Dampak yang muncul akibat bencana alam menyebabkan dampak non-psikologis maupun psikologis. Dampak non-psikologis secara jelas dapat dikatakan yaitu hancurnya keseimbangan alam, kerusakan lingkungan, jatuhnya korban jiwa, korban harta benda, dan rusaknya keteraturan ekosistem. Bencana alam juga dapat mengakibatkan hilangnya suatu unsur budaya dalam masyarakat,

¹⁶ Mustafa Fahmi, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat*, jilid II terj Zakiah Darajat (Jakarta: Bulan Bintang 1977), hlm. 58.

¹⁷ *Ibid*, hlm.17

pergeseran norma-norma sosial, perubahan kebijakan politik, dan perubahan pola interaksi antar individu.¹⁸ Terdapat pengaruh terhadap kesehatan mental atau psikologis akibat bencana alam. Kondisi psikologis dipengaruhi oleh interaksi perubahan atau gangguan fisik, psikologi, situasi sosial dan masalah-masalah yang bersifat material.¹⁹ Sebagian besar orang yang terkena bencana akan terlihat panik walaupun sebagian kecil orang tampak terlihat tenang dan berusaha bersikap secara rasional. Orang-orang yang tenang dan rasional adalah mereka yang biasanya telah memperkirakan terjadinya bencana tersebut dan cukup memiliki ‘data’ dari proses *learning-helplessness*. Korban bencana alam akan mengalami gangguan kurang tidur, mimpi buruk, kehilangan kekeluargaan beraktifitas, tercerabut dari hubungan sosialnya yang teratur sehingga korban akan mengalami *stressfull*. Dukungan sosial akan memberikan *stress-buffering effect* bagi korban.²⁰

Post-traumatic stress disorder yaitu gangguan psikologis yang muncul setelah bencana terjadi dan lebih berbahaya dibanding stress yang dialami pada saat bencana.²¹ Stres yang dialami pada saat bencana umumnya akan lebih mudah diberikan perlakuan dibandingkan *post-traumatic stress disorder*. *Post-traumatic stress disorder* akan menyebabkan korban mengalami gangguan stres yang berat, mengalami gangguan tidur, terlibat *social withdrawn* dan kecemasan yang sangat tinggi.²² *Post-traumatic stress disorder* mengakibatkan dampak

¹⁸ Veitch, R., and Arkkelin, D., *Environmental Psychology: Interdisciplinary Perspective* (New Jersey : Prentice Hall, 1995), hlm. 201.

¹⁹ *Ibid*, hlm. 201.

²⁰ *Ibid*, hlm. 203.

²¹ *Ibid*, hlm. 212.

²² *Ibid*, hlm. 213.

perilaku yang ekstrim, melemahkan motivasi korban dan sulit untuk diberikan terapi perlakuan. Dampak psikologis lain ketika bencana alam terjadi menyebabkan hilangnya perasaan cinta pada orang lain. Karena setiap orang ingin menyelamatkan diri sendiri, dan lupa untuk menyelamatkan orang terdekat. Selain itu kematian orang terdekat atau yang dicintai menyebabkan individu kehilangan rasa cinta kepada orang lain. Terpisahnya anggota keluarga secara tiba-tiba dan dalam jumlah besar bahkan individu yang masih dapat selamat berada dalam kondisi yang lelah baik fisik maupun psikis. Tidak memiliki materi karena hilangnya harta kepemilikan dan kehilangan keluarga menyebabkan tingginya kondisi ketidakberdayaan (*full-helplessness*). Trauma pasca bencana tidak dapat diketahui secara cepat. Pengamatan secara seksama dalam waktu yang lama dapat menentukan apakah seseorang mengalami trauma atau tidak dan seberapa berat trauma yang diderita. Seseorang secara fisik terlihat sehat, namun dalam kondisi tertentu yang misalnya pada waktu tidur sering bermimpi buruk dapat mengakibatkan perilaku tertentu yang dapat dijadikan indikasi penderita trauma.

Bencana alam merupakan kosekuensi negatif yang ekstrim sebagai sebuah akibat sekaligus menunjukkan dampak yang dihasilkan oleh interaksi antara kejadian alami dengan sistem sosial. *Disaster* sebagai kekuatan alam yang bukan di bawah kontrol manusia dan menyebabkan bencana yang menimbulkan kerusakan dan kematian. Selain dampak dari dimensi psikologis antara lain kecemasan yang sangat tinggi, melemahkan dan mengurangi motivasi diri, serta meningkatnya ketergantungan pada pihak lain. Ketergantungan masyarakat

korban bencana mencakup antara lain ketergantungan pangan, keamanan, perbaikan sarana permukiman dan perbaikan sarana sosial-ekonomi.

3. Tinjauan Tentang Cara Penanganan Dampak Psikologis

Seperti yang sudah dijelaskan di atas mengenai dampak psikologis yang baik maupun buruk pada korban pasca erupsi Merapi yang dirasakan akibat bencana alam, bahwa masyarakat mengalami hal-hal yang menyebabkan dirinya khawatir, ketakutan, tidak percaya diri sehingga mengakibatkan adanya keputusan untuk mengakhiri nyawanya sendiri atau bunuh diri.

Oleh sebab itu diperlukan adanya metode atau cara untuk menangani dampak-dampak psikologis pasca trauma bencana erupsi Merapi yang mengarah ke tindakan negatif sebagai berikut:

- a. Pemulihan fisik, emosi dan kognitif²³
 - 1) Fisik: menyamakan fisik dengan mengatur pernapasan dan mencari posisi tubuh yang nyaman, penuhi kebutuhan fisik segera, seperti makan tepat waktu, merasa lelah istirahat dan sebagainya. Melakukan aktifitas fisik, seperti: jalan-jalan, senam, jogging, dan olahraga lainnya.
 - 2) Emosi: mengespresikan perasaan, jangan mengisolasi diri, ambil waktu untuk bersenang-senang, relaksasi, dan meditasi. Pergi ke tempat baru dampak dipercaya sebagai metode untuk mengatur emosi.

²³ Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak, dan Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010), hlm. 65-76.

- 3) Kognitif: terus menerus menggunakan otak, sebisa mungkin tetap melakukan aktifitas rutin. Berfikir positif, selalu memiliki harapan, dan mengambil tanggung jawab.

b. Teknik *Tapas Acupressure Technique* (TAT)

Tapas Acupressure Technique (TAT) adalah proses yang mudah untuk mengakhiri stres, trauma, rasa takut (fobia), rasa menderita dan untuk menciptakan rasa bahagia. TAT adalah teknik yang baru, sederhana, dan efektif untuk menciptakan rasa damai, rileks, dan sehat dalam waktu yang singkat. TAT merupakan salah satu bentuk terapi dalam kelompok ilmu *energy psycholo*.

Teknik ini dilakukan dengan cara menyentuh ringan beberapa titik akupuntur di kepala (posisi TAT), sambil mengarahkan perhatian pada masalah yang ingin diatasi. Menyentuh titik-titik dengan ringan akan memberikan efek pudarnya trauma sehingga pikiran dan perasaan hati yang negatif pun berkurang, terutama setelah mengalami traumatik.

Adapun langkah-langkah TAT untuk peyembuhan dampak bencana yaitu:²⁴ *pertama*, berdoa agar semua orang yang terkait dengan masalah ini dapat mencapai penyembuhan yang terbaik. *Kedua*, berbicaralah dengan mereka yang sudah meninggal dunia akibat bencana ini dalam hati, seolah-olah atau benar-benar dapat melakukan percakapan dengan mereka pada saat ini. *Ketiga*, berbicaralah dengan Tuhan dalam hati, seolah-olah dapat bercakap-cakap dengan Tuhan pada saat ini. *Keempat*, ini sudah terjadi, sudah berlalu, dan saya selamat, dan sekarang saya boleh rileks. *Kelima*, semua tempat dalam hidup saya, pikiran

²⁴ *Ibid*, hlm. 80-83.

saya, hati saya, dan tubuh saya yang terkait dengan masalah ini sekarang disembuhkan. *Keenam*, saya maafkan semua yang saya salahkan atas peristiwa ini, termasuk diri sendiri atau Tuhan. *Ketujuh*, bayangkan diri anda bersama-sama mereka yang masih hidup bersama anda, menyatukan rasa dan hati, bersyukur atas kehidupan.

Kedua cara penanganan dampak psikologis pasca trauma yang diakibatkan bencana alam erupsi Merapi akan tercapai, berdasarkan sejauh mana seseorang atau individu-individu yang terkena dampaknya berkeinginan dan mampu untuk bangkit dari masalah yang dihadapi serta dibutuhkan adanya peran serta dari orang lain untuk memberikan dorongan supaya tetap optimis sehingga tidak terbius atau teromantisir dengan bencana yang dialami (traumatis), mengakibatkan stres yang berdampak terhadap depresi.

4. Faktor-faktor yang berkaitan dengan trauma

a. Psikologis

Bentuk gangguan dan kekacauan fungsi mental, atau kesehatan mental yang disebabkan oleh kegagalan bereaksinya mekanisme adaptasi dari fungsi-fungsi kejiwaan terhadap stimuli ekstern dan ketegangan-ketegangan, sehingga muncul gangguan fungsi atau gangguan struktur dari satu bagian, satu organ, atau sistem kejiwaan. Secara sederhana, trauma dapat dirumuskan sebagai gangguan kejiwaan akibat ketidak-mampuan seseorang mengatasi persoalan hidup yang harus dijalaninya, sehingga yang bersangkutan bertindak secara kurang wajar. Sebab-sebab timbulnya trauma yang dipengaruhi oleh faktor psikologis yaitu kepribadian yang lemah atau kurang percaya diri sehingga menyebabkan yang

bersangkutan merasa rendah diri; terjadinya konflik sosial-budaya akibat dari adanya norma yang berbeda antara dirinya dengan lingkungan masyarakat, dan pemahaman yang salah sehingga memberikan reaksi berlebihan terhadap kehidupan sosial (*overacting*) dan juga sebaliknya terlalu rendah diri (*underacting*).

b. Fisik

Faktor orang tua dalam bersosialisasi dalam kehidupan keluarga, terjadinya penganiayaan yang menjadikan luka atau trauma fisik. Kejahatan atau perbuatan yang tidak bertanggung jawab yang mengakibatkan trauma Fisik dalam bentuk luka pada badan dan organ pada tubuh korban.

c. Agama

Faktor agama banyak berpengaruh menjadi salah satu faktor penyebab seseorang mengalami gangguan kejiwaan atau psikologis. Agama tampaknya memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia. Pengingkaran manusia terhadap agama mungkin karena faktor-faktor tertentu baik yang disebabkan oleh kepribadian maupun lingkungan masing-masing. Namun untuk menutupi atau meniadakan sama sekali dorongan dan rasa keagamaan kelihatannya sulit dilakukan, hal ini dikarenakan manusia memiliki unsur batin yang cenderung mendorongnya untuk tunduk kepada Allah SWT, ketundukan ini merupakan bagian dari faktor intern manusia dalam psikologi kepribadian dinamakan pribadi (*Self*) ataupun hati nurani (*conscience of man*).²⁵ Fitrah manusia sebagai makhluk ciptaan Allah SWT ialah manusia diciptakan mempunyai naluri beragama yaitu

²⁵ Anwar Sutoyo., *Bimbingan Konseling Islam: Teori dan Praktek*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013), hlm.145.

agama tauhid. Kalau ada manusia tidak beragama tauhid, maka seorang individu dapat mengalami gangguan kejiwaan.

5. Dampak psikologis pasca trauma erupsi Merapi

Erupsi Merapi yang terjadi pada tanggal 26 Oktober 2010 mengakibatkan dampak baik berakibat positif maupun negatif. Warga lereng Merapi mengalami trauma (*shock*) dengan kejadian tersebut, wajar bila setiap orang yang mengalami bencana alam yang dahsyat dapat mengancam diri dan keluarganya, rumah, harta benda, mengalami ketakutan, kecemasan, kebingungan, panik, serta tidak tahu apa yang harus dilakukan selain menyelamatkan diri sendiri. Bencana erupsi Merapi pada Oktober dan November 2010 ini memberikan dampak yang luar biasa pada keadaan sosial kesmayarakatan penduduk lereng Merapi secara khusus dan kehidupan masyarakat Yogyakarta secara umum. Efeknya berdampak pada aspek mental, spiritual, pendidikan, kesehatan, mata pencaharian, sumber daya alam dan perekonomian secara umum.²⁶ Hal tersebut terlihat saat terjadinya gempa Yogyakarta sampai penanganan korban pasca erupsi Merapi terjadi. Keadaan sosial masyarakat terutama pengungsi yang berada dalam barak pengungsian yang sesak dan beban pikiran yang berat pasca erupsi letusan Merapi sangat memungkinkan mereka mengalami gangguan psikologis.

Tragedi bencana erupsi Merapi yang menimpa warga Jawa Tengah dan Yogyakarta masih menyisakan luka dan duka yang cukup mendalam dikalangan masyarakat setempat, baik secara fisik maupun psikologis. Secara fisik yang pastinya sudah cukup banyak hal-hal yang diterima oleh masyarakat. Dari mulai

²⁶Uzaifah dan Mohhammad Agus Khoirul Wafa, *Dampak Erupsi Merapi Pada Sektor Pertanian Masyarakat Kawasan Lereng Merapi*, (Yogyakarta: UII, 2010), hlm. 3.

kehilangan rumah, kehilangan sanak saudara maupun harta serta bendanya. Pasca erupsi Gunung Merapi 26 Oktober 2010, sumber ekonomi masyarakat sebagai penompang kehidupan sehari-hari luluh lantah, bahkan sejumlah desa juga turut porak poranda.²⁷ Hal ini menunjukkan adanya kegelisahan dan trauma yang cukup mendalam bagi masyarakat setempat yang secara langsung merasakan dahsyatnya letusan Gunung Merapi. Sehingga hal itulah juga yang merambah kepada kondisi psikologis warga masyarakat yang terletak di sekitar Gunung Merapi. Berikut dibawah ini dampak-dampak yang dirasakan masyarakat pada saat terjadinya letusan Gunung Merapi, yaitu:

a. Stres

Stres secara sederhana dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana individu terganggu keseimbangannya.²⁸ Stres terjadi akibat adanya situasi dari luar ataupun dari dalam diri yang memunculkan gangguan, dan menuntut individu berespon secara sesuai. Stres merupakan sesuatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia, bahkan seperti bagian dari kehidupan itu sendiri. Masyarakat atau warga yang mengalami akibat dari erupsi Merapi, mengalami stress diantaranya: gelisah, tegang, cemas, mengalami kelelahan, ketegangan otot dan sulit tidur. Ada pula yang tekanan darah dan detak jantungnya meningkat, sakit kepala, perut mulas, gatal-gatal, dan diare. Stres juga dapat merubah perilaku seseorang, misalnya masyarakat menjadi lebih mudah marah, lebih suka menyendiri,

²⁷ BNPB, “*Penanggulangan Bencana*” *Jurnal BNPB*.(Vol. II No I, /Juni 2011), hlm. 5.

²⁸ Terry dan Olga, *Managing Stres*, (Yogyakarta: Baca!, 2004), hlm. 44.

nafsu makan berkurang, merasa tidak berdaya, tidak bersemangat, frustrasi, atau merasa tidak percaya diri.²⁹

b. Depresi

Depresi adalah suatu gangguan mental yang paling sering terjadi pada para korban bencana alam dahsyat, seperti erupsi Merapi ini yang lebih hebat dari tahun 1930. Setelah mengalami depresi, selanjutnya korban akan mengalami pasca trauma. Depresi berupa perasaan sedih yang berat berkepanjangan, putus asa, merasa tidak tertolong lagi. Biasanya karena kehilangan sesuatu yang dicintai, kehilangan anggota keluarga, rumah, sawah ladang, ternak dan harta benda lainnya. Kehilangan kebersamaan hidup sekeluarga dengan tetangga, dan kehilangan kecantikan atau kegagahan karena luka bakar.

c. Trauma

Trauma adalah perasaan menghadapi sebuah kejadian atau serangkaian kejadian yang berbahaya, baik bagi fisik maupun psikologis seseorang, yang membuatnya tidak lagi merasa aman, menjadikannya merasa tidak berdaya dan peka dalam menghadapi bahaya.³⁰ Pengalaman traumatis bisa menyebabkan berbagai dampak ringan, seperti korban menjadi peragu dalam berbuat sesuatu. Keragu-raguan ini disebabkan rasa takut mengalami peristiwa yang sama, dan pada tahap awal bisa dikatakan wajar jika rasa takutnya tidak digeneralisir. Pada kenyataannya ketakutan

²⁹Irma. S Martam, Mengenali Trauma Pasca Bencana , *Newsletter Pulih*, vol 14, (Desember, 2009), hlm. 1.

³⁰ Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma: Strategi Penyembuhan Trauma Untuk Diri Sendiri, Anak, dan Orang Lain di Sekitar Anda*, (Yogyakarta: Panduan, 2010), hlm. 16.

karena trauma sering menjalar ke berbagai hal. Sebagai contoh seseorang yang pernah mengalami musibah banjir akan merasakan takut jika melihat sungai, hal tersebut mengakibatkan dirinya takut ketika melewati jembatan. Begitu pula yang dialami oleh korban bencana gunung meletus, dirinya akan merasa takut dengan segala suara gemuruh.

d. Pasca Trauma

Gangguan stres pasca trauma adalah merupakan gangguan mental pada seseorang yang muncul sesudah orang itu mengalami suatu pengalaman traumatik dalam kehidupan maupun suatu peristiwa yang mengancam keselamatan jiwanya. Gangguan stress pascatrauma dapat didefinisikan sebagai keadaan yang melemahkan fisik dan mental secara ekstrim yang timbul setelah seseorang melihat, mendengar, atau mengalami suatu kejadian trauma yang hebat dan atau kejadian yang mengancam kehidupannya. Keadaan ini ditandai dengan suasana perasaan murung, sedih, kurangnya semangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari maupun kegiatan yang menimbulkan kesenangan, dan bila sudah berat dapat menimbulkan gangguan dalam fungsi peran dan kehidupan sosial.

Berdasarkan dampak psikologis yang sudah dijelaskan di atas, bahwasannya dampak tersebut mempunyai keterkaitan terhadap seseorang yang mengalami kejadian atau bencana yang mengakibatkan gangguan jiwa atau fisik, seperti yang dirasakan warga Dusun Jengglik, hal itu disebabkan karena terlalu lama tinggal di posko pengungsian sehingga warga merasa jenuh karena tidak ada rutinitas yang sekiranya berkembang (terkesan monoton), dan adanya tempat

tinggal baru sehingga perlu waktu untuk proses adaptasi. Selain itu juga hilangnya mata pencaharian utama bahkan harta benda serta tempat tinggalnya. Hal itu kemudian yang menjadikan pemicu dampak psikologis akibat erupsi Merapi.

Trauma merupakan istilah yang sangat luas dan terkadang sering dipegunakan di dalam masyarakat, sehingga tidak heran ketika bervariasi dalam menerjemahkan atau mengartikannya. Akan tetapi, semua variasi tersebut tidak lepas dari makna suatu peristiwa yang mengancam atau membahayakan kehidupan fisik maupun psikologis bagi individu yang mengalaminya. Seseorang dapat dikatakan mengalami trauma ketika dirinya merasa terancam, baik fisik maupun psikologis, nyata maupun hanya dalam pikiran dan merasa tidak aman dan berdaya serta tidak sanggup menanganinya.³¹

Setiap manusia pada dasarnya memiliki kesamaan dalam mereaksi atau merespon setiap peristiwa dalam hidupnya yang seolah-olah akan mengancam, meresahkan dan membahayakan dirinya. Namun di satu sisi juga ada perbedaan dalam menerima peristiwa tersebut, yaitu tergantung intensitas orang tersebut dalam menghadapi bahaya yang sedang dirasakan, sehingga setelah adanya penanganan dapat dilihat ada yang sudah mulai beranjak menghilangkan gangguan-gangguannya dan ada yang masih mengalami gangguan, walaupun sudah dilakukan penanganan. Individu yang mempunyai kecenderungan *post-traumatic stress disorder* adalah individu yang mempunyai sebuah pengalaman terhadap peristiwa atau kejadian traumatik sehingga pengalaman traumatik tersebut

³¹*Ibid*, hlm. 17.

menimbulkan stres dalam dirinya. Stres yang berkelanjutan inilah yang dikenal dengan *post-traumatic stress disorder*.³²

Reaksi itu tentunya akan membuat individu yang merasakan gangguan-gangguan mengalami gangguan lanjutan. Adapun gejala-gejalanya adalah sebagai berikut:³³

- a. *Intrusive re-experiencing*, yaitu selalu kembalinya peristiwa traumatik dalam ingatan. Dengan gejala-gejalanya antara lain, yaitu: berulang-ulang muncul dan mengganggu perasaan mengenai peristiwa, termasuk pikiran, perasaan atau persepsi-persepsi. Kemudian pikiran-pikiran traumatik selalu muncul, termasuk perasaan hidup kembali pengalaman traumatik, ilusi, halusinasi dan mengalami *flashback* atau seolah sedang mengalami peristiwa traumatik kembali. Selain itu juga gangguan psikologis yang sangat kuat ketika menyasikan sesuatu yang mengingatkan tentang peristiwa traumatik.
- b. *Avoidance*, yaitu selalu menghindari sesuatu yang berhubungan dengan trauma dan perasaan terpecah. Gejala-gejalanya antara lain, yaitu: berusaha menghindari situasi, pikiran-pikiran atau aktifitas yang berhubungan dengan peristiwa traumatik.
- c. *Arousal*, yaitu kesadaran secara berlebih. Antara lain gejalanya adalah mengalami gangguan tidur atau bertahan untuk selalu tidur, kesulitan memusatkan konsentrasi dan gugup serta mudah terkejut.

³²Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hlm. 63.

³³*Ibid*, hlm. 66-68.

- d. Menghindari pembicaraan yang berhubungan dengan trauma, depresi atau putus harapan dan terlalu waspada atau berhati-hati.

Individu yang mempunyai kecenderungan *post-traumatic stress disorder* dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor dalam diri individu yang berpengaruh dalam hubungannya dengan *post-traumatic stress disorder*, sedangkan faktor eksternal adalah faktor di luar individu yang mempunyai peran terhadap kemungkinan individu mengalami *post-traumatic stress disorder*.³⁴

G. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara atau strategi menyeluruh untuk menemukan atau memperoleh data yang diperlukan.³⁵ Dalam hal ini penelitian diartikan sebagai pemeriksaan atau pengusutan dengan memeriksa dan meneliti, memeriksa serta mengusut tuntas atau menelaah dengan sungguh-sungguh. Sehingga metode penelitian digunakan sebagai alat bagi ilmu untuk dapat mengembangkan kelimuannya sehingga dapat menjelaskan gejala-gejala termasuk gejala sosial.³⁶

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif (*qualitative research*), yaitu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah.³⁷ Artinya objek yang apa adanya, tidak dimanipulasi oleh peneliti sehingga kondisi pada saat peneliti memasuki objek, setelah berada

³⁴*Ibid*, hlm. 62-63.

³⁵Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 9.

³⁶*Ibid*, hlm. 1.

³⁷Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 1.

di objek dan setelah keluar dari objek relatif tidak berubah. Selain itu juga penelitian data dari kualitatif didapatkan dari wawancara, maupun observasi dan kemudian data-data tersebut diuraikan dan disimpulkan tanpa dengan memberikan perlakuan terhadap objek yang diteliti.

Penelitian ini menggunakan studi kasus (*case study*), artinya merupakan penelitian deksripsi intensif dan mendetail dengan analisis terhadap satu kasus.³⁸ Kasus dapat terbatas pada satu orang, lembaga, satu peristiwa, maupun satu kelompok manusia.³⁹ Hasil penelitian tentang dampak psikologis erupsi pasca trauma akibat erupsi Merapi tidak digeneralisasikan, melainkan dengan menguraikan berdasarkan karakteristik subjek penelitian, sehingga pemahaman yang dihasilkan terdapat satu kasus yang dipelajari lebih mendalam. Penelitian ini dilakukan secara langsung terhadap objek yang diteliti untuk mendapatkan data-data yang berkaitan dengan permasalahan yang dibahas, dalam hal ini mengenai dampak psikologis apa sajakah yang dialami oleh tiga korban erupsi Merapi dan bagaimana korban berjuang dalam mengatasi dampak tersebut.

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat kualitatif, yaitu penelitian yang menghasilkan data deskriptif yang berupa ucapan, tulisan, dan perilaku yang dapat diamati dari subjek itu sendiri.⁴⁰ Penelitian deskriptif memandang objek sebagai

³⁸ Zechmeister, Eugene B., dkk., *Metodologi Penelitian Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007), hlm.348.

³⁹ Winarno Surachmad, *Dasar dan Teknik Research Pengantar Metodologi Ilmiah*, (Bandung: CV. Tarsito, 1972), hlm.135.

⁴⁰ Arief Furchan, *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif: Suatu Pendekatan Fenomenologi Terhadap Ilmu-Ilmu Sosial*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1992), hlm.22.

sesuatu yang dinamis, hasil konstruksi pemikiran dan utuh (*holistic*) karena setiap aspek mempunyai satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan.⁴¹ Sifat penelitian berada pada latar alamiah manusia sebagai alat (*instrument*), penggunaan metode kualitatif, analisis data secara induktif, teori-teori dasar, penjelasan secara deskriptif, lebih mementingkan proses daripada hasil, adanya batas yang ditentukan oleh fokus, adanya kriteria untuk keabsahan data, desain yang bersifat sementara serta hasil penelitian dirundingkan dan disepakati bersama.⁴²

3. Subjek dan Objek Penelitian

a. Subjek Penelitian

Subjek penelitian adalah keseluruhan dari sumber informasi dan menunjukan pada orang atau individu atau kelompok yang dijadikan unit atau satuan (khusus) yang diteliti.⁴³ Pada penelitian ini subjek penelitiannya adalah tiga warga Dusun Jengglik, Desa Ngablak, Kecamatan Srumbung, yaitu Sulastri, Mursono dan Siti Saniyah. Ketiga warga tersebut dipilih karena hancurnya tempat tinggal dan kehilangan mata pencaharian sehingga berdampak pada kondisi kejiwaan seperti stres yang berujung ada kondisi trauma, disamping itu ketiga subjek dipilih karena memiliki keunikan dalam sifat dan sikap seperti keanehan perilaku saat di tempat pengungsian sampai kembali ke tempat tinggal. Selain tiga subjek tersebut, Faat Muslim selaku Kepala Dusun Jengglik menjadi narasumber guna menambah data yang berkaitan dengan subjek penelitian.

⁴¹ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 5.

⁴² Moleong, L.J., *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993), hlm.4.

⁴³ Hamidi, *Penelitian Kualitatif*, (Malang: UMM Press, 2004), hlm. 100.

b. Objek Penelitian

Objek atau fokus penelitian kualitatif adalah gejala-gejala atau keadaan yang bersifat holistik yang dapat diartikan menyeluruh, tidak dapat dipisah-pisahkan, sehingga tidak hanya berdasarkan variabel penelitian tetapi keseluruhan situasi sosial yang diteliti yang meliputi aspek tempat, pelaku dan aktifitas yang berinteraksi secara sinergis.⁴⁴

Objek dalam penelitian ini adalah dampak psikologis yang dirasakan dan cara penanganan yang dilakukan warga Dusun Jengglik Desa Ngablak Kecamatan Srumbung Magelang.

4. Metode Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara (*interview*) adalah pengumpulan data dengan mengajukan pertanyaan secara langsung oleh pewawancara (pengumpul data) kepada responden, dan jawaban responden dicatat atau direkam dengan alat rekam (*tape recorder*).⁴⁵ Adapun narasumber dalam wawancara ini adalah ketiga subjek penelitian, yaitu Siti Saniyah, Mursono dan Sulastri. Selain wawancara dengan subjek penelitian, wawancara juga dilakukan dengan Faat Muslim selaku Kepala Dusun Jengglik. Secara umum, data yang diperoleh melalui wawancara adalah penjelasan mengenai kondisi jiwa khususnya perasaan pasca terjadinya bencana erupsi Merapi, metode penanganan yang tepat bagi korban dengan dilakukannya wawancara tidak terstruktur kepada subjek penelitian sehingga dapat menjadi acuan

⁴⁴Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung:Alfabeta, 2010), hlm. 32.

⁴⁵Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm. 67-68.

pembahasan yang berisi tentang metode penanganan yang tepat bagi korban, dan dampak psikologis yang dirasakan pasca penanganan serta cara mengidentifikasi gangguan psikologis yang tersisa pasca penanganan.

b. Observasi

Observasi adalah sebuah metode atau cara pengumpulan data yang dilaksanakan dengan cara pengamatan dan pencatatan terhadap fenomena atau gejala yang diselidiki.⁴⁶ Dalam hal ini penulis mengadakan pengamatan untuk mengumpulkan informasi secara langsung mengenai objek, gejala atau kegiatan-kegiatan tertentu yang terjadi selama pengamatan. Pengamatan yang dilakukan adalah pengamatan secara langsung, karena akan lebih jelas dan valid mengenai keadaan yang sebenarnya dari subjek maupun objek yang diteliti, selain itu juga dapat memudahkan untuk dapat menggambarkan keadaan yang sebenarnya terjadi.⁴⁷ Observasi dilakukan terhadap tiga korban Merapi yang mengalami trauma akibat erupsi Merapi untuk mengetahui gangguan yang dialami dan pengalaman yang dialami oleh ketiga korban dalam mengatasi gangguan kejiwaannya masing-masing.

c. Dokumentasi

Teknik ini merujuk pada pengumpulan data yang diperoleh melalui sejumlah literatur kepustakaan berkaitan dengan dampak psikologis, fenomena trauma pasca bencana alam khususnya bencana alam erupsi Merapi yang terdapat di internet atau dokumen lain dan dinilai relevan dengan penelitian ini. Teknik dokumentasi dilakukan untuk mencari bukti-

⁴⁶ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda, 2005), hlm. 158.

⁴⁷ Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008), hlm.

bukti penelitian yang dapat disimpan atau dapat diabadikan sehingga menghindari kemungkinan hilangnya data yang telah diberikan oleh narasumber.⁴⁸ Secara umum data yang diperoleh melalui dokumentasi adalah:

- a. Dokumen mengenai keadaan demografis Dusun Jengglik (letak geografis, keadaan geografis seperti tanah, wilayah, topografi)
- b. Dokumen kependudukan Dusun Jengglik (dokumen struktur pemerintahan, mata pencaharian penduduk, jenis kelamin penduduk, tingkat pendidikan penduduk, agama dan kepercayaan penduduk, sarana informasi dan komunikasi penduduk, sarana transportasi yang dimiliki penduduk, sarana olahraga).

5. Metode Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu.⁴⁹ Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas sampai data yang dikumpulkan dirasa cukup.

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah bagian dari analisis yang mempertegas, memperpendek, membuat fokus, membuang hal-hal yang tidak penting dan mengatur data sedemikian rupa sehingga simpulan penelitian dapat dilakukan.⁵⁰

Proses reduksi data ini berlangsung terus-menerus sepanjang pelaksanaan

⁴⁸ Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Rosda, 2005), hlm. 217.

⁴⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 336.

⁵⁰ *Ibid*, hlm. 338.

penelitian. Pada waktu pengumpulan data berlangsung reduksi data dilakukan dengan membuat ringkasan dari catatan data yang diperoleh di lapangan. Dalam menyusun ringkasan tersebut peneliti juga membuat *coding*, memusatkan tema, menentukan batas-batas permasalahan. Proses reduksi data ini berlangsung terus-menerus sampai laporan akhir penelitian selesai disusun. Langkah dalam reduksi data adalah sebagai berikut:

- 1) Identifikasi data

Identifikasi data adalah kegiatan menyeleksi data. Dalam penelitian ini satuan data yang diambil adalah hasil observasi, wawancara dengan ketiga subjek penelitian dan kepala Dusun Jengglik, dan dokumentasi. Dari data yang diperoleh tersebut lalu direduksi berdasarkan keperluan penulisan.

- 2) Klasifikasi data

Pemerincian data dengan cara mengklasifikasikan data berdasarkan inferensial data, lalu data ditelaah dari berbagai sumber diantaranya dari hasil observasi, wawancara dari narasumber yaitu Mursono, Sulastri, dan Siti Saniyah serta Faat Muslim selaku kepala Dusun Jengglik, serta dari hasil dokumentasi.

b. Penyajian Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Data disajikan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, dan sejenisnya. Dengan menyajikan data maka memperjelas untuk lebih memahami fenomena yang terjadi, sehingga dapat merencanakan tahapan selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut. Penyajian data yang dipakai adalah

dengan teks yang bersifat naratif, yaitu dengan mendeskripsikan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, lalu diinterpretasikan dan diuraikan sesuai dengan tinjauan tentang tujuan penelitian.

c. Penarikan Kesimpulan

Langkah ke tiga dalam analisis data kualitatif adalah penarikan simpulan.⁵¹ Penarikan simpulan adalah kegiatan analisis yang lebih dikhususkan pada penafsiran data yang telah disajikan, dari data yang diinterpretasikan dan diuraikan kemudian ditarik kesimpulan sesuai dengan yang diharapkan berkaitan dengan dampak psikologis pasca trauma akibat erupsi Merapi. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas sehingga setelah diteliti menjadi jelas, hubungan kausal atau interaktif, hipotesis atau teori.

⁵¹ *Ibid*, hlm. 338.

H. Sistematika Pembahasan

Bab I. Pendahuluan, yang berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegiatan penelitian, tinjauan pustaka serta kerangka teori.

Bab. II. Membahas tentang gambaran umum profil Dusun Jengglik dan subjek penelitian pasca bencana erupsi Merapi.

Bab III. Membahas tentang dampak psikologis pasca trauma yang dirasakan warga Dusun Jengglik, dan cara penanganannya.

Bab. IV. Penutup yang berisikan mengenai kesimpulan, saran dan kalimat penutup.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan mengenai dampak psikologis pasca trauma akibat erupsi Merapi (studi kasus tiga warga Dusun Jengglik Kecamatan Srumbung Magelang), serta merujuk pada rumusan masalah yang diangkat pada penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dampak psikologis pasca trauma yang dialami oleh ketiga subyek yaitu selalu teringat akan peristiwa traumatik (*intrusive re-experiencing*) dalam hal ini bencana erupsi Merapi. Sani mengalami kesadaran berlebih (*arousal*) yang menyebabkan dirinya mengalami gangguan tidur, *avoidance*, dan menghindari pembicaraan yang berhubungan dengan erupsi Merapi. Mursono mengalami depresi akibat kondisi ekonomi keluarga pasca bencana erupsi Merapi, yang mengakibatkan dirinya masih mengalami trauma. Gangguan kesadaran berlebih yang dialami oleh Sulastri, dimana dirinya menjadi sulit untuk berkonsentrasi.
2. Upaya penanganan dampak psikologis pasca trauma yang dilakukan adalah dengan memantapkan niat dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT, aktifitas sosial kebudayaan, serta terapi dengan relaksasi dan permainan. Khusus untuk terapi dengan relaksasi dan permainan diikuti secara langsung oleh Sani, sedangkan Mursono dan Sulastri secara tidak langsung mengikuti

terapi dengan relaksasi dan permainan yaitu dengan melihat jalannya terapi tersebut.

B. Saran-saran

Dari beberapa kesimpulan-kesimpulan di atas, maka saran dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Saran penulis untuk ketiga korban erupsi Merapi
 - a) Jadikan bencana erupsi Merapi pada tahun 2010 sebagai cobaan bagi orang beriman atau merupakan peringatan bagi umat manusia untuk selalu berbuat baik dan lebih meningkatkan diri kepada Allah SWT sehingga dapat menjadi individu-individu yang tegar dan sabar serta mampu menerima kejadian bencana tersebut.
 - b) Gunakan waktu luang semaksimal mungkin, sehingga terhindar dari ingatan atas kejadian yang menyedihkan.
 - c) Lakukan hal-hal positif yang disukai sehingga dapat membantu menghilangkan ingatan yang menyedihkan. Salah satu contoh yaitu dengan melakukan olahraga, karena dengan olahraga badan menjadi sehat, berpengaruh terhadap psikis dan mental yang sehat pula.
 - d) Berdoa di setiap waktu, karena dengan berdoa akan membantu ketenangan jiwa.
2. Saran penulis untuk pemerintah

Terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam penanganan bencana alam sehingga pada nantinya dapat menjadi gambaran serta referensi bagi semua

pihak terutama pemerintah, agar menjadi tindakan *preventif* atau pencegahan dan penanganan (korektif) dengan cepat terhadap gangguan-gangguan pasca bencana yang muncul sehingga tidak menimbulkan bekas luka atau trauma yang berkepanjangan dan tindakan-tindakan negatif lainnya yang menjadi imbas dari peristiwa bencana alam.

3. Saran penulis untuk penelitian lanjutan

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih mampu untuk dapat melakukan penelitian yang lebih luas dan mendalam. Artinya, peneliti selanjutnya diharapkan untuk memilih subyek yang lebih variatif dari segi umur serta tingkat intensitas gangguan psikologis yang dihadapinya, selain itu juga dalam melakukan pendekatan dengan subyek penelitian diharapkan terlebih dahulu untuk mendekatkan diri secara hubungan emosional, sebelum terjalinnya hubungan kerja dengan objek penelitian. Namun diusahakan untuk tidak menonjolkan atau menampilkan diri sebagai peneliti, akan tetapi lebih cenderung sebagai seseorang yang mempunyai keinginan untuk belajar dan berbagi pengalaman dengan subyek penelitian.

4. Saran penulis untuk Jurusan Bimbingan Konseling Islam

Untuk Jurusan BKI sudah seharusnya memfasilitasi mengenai penanganan korban bencana alam khususnya bidang kejiwaannya, karena hal itu merupakan modal atau dasar yang masih tersisa, yang setidaknya untuk diarahkan, dibimbing maupun dikonseling sehingga tidak memicu adanya gangguan-gangguan psikologis yang cukup berkepanjangan.

C. Kalimat Penutup

Demikian penelitian yang dapat saya sajikan, semoga skripsi ini benar-benar dapat berguna khususnya bagi penyusun sendiri dan bagi para korban erupsi Merapi selain itu juga bagi para pembaca sekalian. Penyusun juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penyusun mengharapkan kritik dan saran demi menjadikan penyusun menjadi lebih baik lagi dalam melakukan penelitian dan penyusunan skripsi. Semoga Allah SWT senantiasa membimbing kita semua ke jalan lurus yang diridhoi-Nya. Aamiin.

DAFTAR PUSTAKA

- A Abdul Aziz bin Halimah, *Ensiklopedia Bencana-bencana Terhebat Sepanjang Sejarah*, Yogyakarta: Harmoni, 2012.
- Achmanto Mendatu, *Pemulihan Trauma*, Yogyakarta: Panduan, 2010.
- Arief Furchan, *Pengantar Metode Penelitian Kualitatif: Suatu Pendekatan Fenomenologi Terhadap Ilmu-Ilmu Sosial*, Surabaya: Usaha Nasional, 1992.
- Anwar Sutoyo, *Bimbingan Konseling Islam: Teori dan Praktek*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013.
- BNPB, “Penanggulangan Bencana”, *Jurnal BNPB*. Vol. II No I, /Juni 2011.
- BNPB, Dampak Letusan Gunung Merapi Mencapai 3,56 Trilyun, *Jurnal GEMA BNPB* vol. II No. 1/Maret 2011.
- BNPB, Laporan Harian Tanggap Darurat Gunung Merapi, Yogyakarta 19 November 2010.
- Dadang Hawari, *Manajemen Stres, Cemas dan Depresi*, Jakarta: FKUI, 2011.
- DEPDIKNAS, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (eds.I), Jakarta: Balai Pustaka, 2005.
- Dewi Eriyanti, *Upaya Pemulihan Kondisi Psikologis Korban Bencana Alam Melalui Pusat Pendekatan Spiritual*, Institut Pertanian Bogor, 2011.
- Fahmi, Mustafa, *Kesehatan Jiwa dalam Keluarga, Sekolah dan Masyarakat jilid II*, terj. Zakiah Darajat, Jakarta: Bulan Bintang, 1977,
- Froggatt, W., *Free From Stress*, Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, Kelompok Gramedia, 2006.
- Hamidi, *Penelitian Kualitatif*, Malang: UMM Press, 2004.
- Imam Musbikin, *Kiat-Kiat Melawan Stres*, Surabaya: Jawara, 2005.
- Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2008.

- Irma. S Martam, Mengenal Trauma Pasca Bencana , *Newsletter Pulih*, vol 14, Desember, 2009.
- Irwanto, dkk., *Psikologi Umum*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1997.
- Lilik Kurniawan dkk, *Indeks Rawan Bencana Indonesesia*, Jakarta: BNPB, 2011.
- M.'Utsman Najati, *Al-Qur'an dan Ilmu Jiwa*, Bandung: Pustaka, 1981.
- Mohammad Irsyad, *Hilangkan Stres Dengan Terapi Hipnoikhlis*, Yogyakarta: Najah, 2012.
- Moleong, L.J., *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 1993.
- Muhammad Thoha, *Dampak Psikologis Akibat Bencana Erupsi Merapi*, skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2011.
- Pius A Partanto, M Dahlan Al Barry, *Kamus Ilmiah populer*, Surabaya: Arloka, 1994.
- Profil Dusun Jengglik Desa Ngablak Kecamatan Sumbing Kabupaten Magelang
- Rumiani, Penelitian Ekperimental, *Aspek Kebencanaan Dan Pengembangan Masyarakat Pasca Bencana*. : Modern English Press, 1991.
- Salim Peter Yenny, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (eds.I), Jakarta, 1991.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- _____, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung:Alfabeta, 2011.
- Sukanto, *Al-Qur'an Sebuah Inspirasi*, Surabaya: Risalah Gusti, 1992
- Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2011.
- Terry dan Olga, *Managing Stres*, Yogyakarta: Baca!, 2004.
- Triantoro Safaria, *Manajemen Emosi*, Jakarta: Bumi Aksara, 2009.
- Undang-Undang Nomor. 24 Tahun 2007 Tentang Penanggulangan Bencana Alam, Pasal 1 ayat 2.
- Uzaifah dan Mohhammad Agus Khoirul Wafa, *Dampak Erupsi Merapi Pada Sektor Pertanian Masyarakat Kawasan Lereng Merapi*, Yogyakarta: UII, 2010.

Veitch, R., and Arkkelin, D., *Environmental Psychology: Interdisciplinary Perspective*, New Jersey : Prentice Hall, 1995.

Wangsa, *Menghadapi Stres Dan Depresi*, Yogyakarta: Tugu Publisher, 2009.

Winarno Surachmad, *Dasar dan Teknik Research Pengantar Metodologi Ilmiah*, Bandung: CV. Tarsito, 1972.

Zechmeister, Eugene B.,dkk., *Metodologi Penelitian Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2007.





LAMPIRAN

Pedoman wawancara:

No.	Aspek	Narasumber	Hasil
1.	Kondisi perasaan setelah bencana erupsi Merapi	Sulastri, Mursono, dan Siti Saniah	Penjelasan mengenai kondisi jiwa khususnya perasaan pasca terjadinya bencana erupsi Merapi
2.	Metode penanggulangan dampak psikologis	Sulastri, Mursono, dan Siti Saniah	Mengetahui metode penanggulangan yang tepat bagi korban. Dengan wawancara tidak terstruktur kepada subjek penelitian sehingga dapat ditarik kesimpulan yang berisi tentang metode penanggulangan yang tepat bagi korban.
3.	Dampak psikologis yang dirasakan pasca penanganan	Sulastri, Mursono, dan Siti Saniah	Dampak psikologis yang dirasakan pasca penanggulangan, dan mengidentifikasi gangguan psikologis yang tersisa pasca penanggulangan.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

Nama : Sumarno

Tempat/Tgl.Lahir : Jambi, 10 Juli 1990

Alamat : Jl. Jakarta, RT 017/006, Desa Karya Harapan
Mukti, Kecamatan Pelepat Ilir, Kabupaten Muara
Bungo, Jambi.

Nama Ayah : Ngadimun

Nama Ibu : Sumaryati

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri 185 Karya Harapan Mukti, tahun lulus 2002,
2. SMP Negeri 3 Pelepar Ilir, tahun lulus 2005,
3. SMK Bangun Nusantara Kuamang Kuning, tahun lulus 2008.