

PROPOSAL SKRIPSI

HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KEJADIAN STRES
PASCA BENCANA ALAM BANJIR PADA REMAJA DI KECAMATAN
KEDUNGKANDANG



SATRIYA PUTRI ZAHRO

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

DEPARTEMEN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS AIRLANGGA

2023

LEMBAR PENGESAHAN NASKAH PROPOSAL

Judul : **HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KEJADIAN STRES PASCA BENCANA ALAM BANJIR PADA REMAJA DI KECAMATAN KEDUNGKANDANG**

Penyusun : Satriya Putri Zahro

NIM : 081811733023

Pembimbing I :

Pembimbing II :

Tanggal Seminar :

Disetujui oleh,

Pembimbing I

Pembimbing II,

Pemb 1

NIP. 197903152003122002

Pemb 2

NIP. 198109122015041001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi S1 Keperawatan

Fakultas Keperawatan

Universitas Airlangga

Kaprodi.

NIP. 197903152003122002

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT berkat rahmat, hidayah dan karunia-Nya proposal skripsi dengan judul dapat terselesaikan. Proposal skripsi ini disusun sebagai dasar dan syarat pengerjaan serta penulisan skripsi yang merupakan salah satu syarat akademik dalam memperoleh gelar Sarjana Teknik pada program studi Keperawatan , Fakultas Keperawatan , Universitas Airlangga.

Dalam penulisan proposal skripsi ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan, arahan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena ini penulis berkenan menyampaikan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang telah menyediakan waktu dan tenaganya dalam membantu, mengarahkan, serta membimbing penulis, terutama kepada:

1. Bapak Herri Trilaksana, S.Si, M.Si, Ph.D. selaku Kepala Departemen Fisika Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Airlangga
2. Ibu Dr. Riries Rulaningtyas, S.T., M.T. skripsi.
3. Bapak Franky Chandra Sstria Arisgraha, S.T., M.T.
4. Bapak Danny Sanjaya Arfensia M. Psi, Psikolog
5. Tim pengajar S1 Teknik Biomedis yang telah membimbing dan memberikan wawasan, ilmu, dan pengalaman selama perkuliahan di Universitas Airlangga.

Penulis berharap proposal skripsi ini sedikit banyaknya dapat memberi manfaat baik kepada penyusun sendiri dan juga kalangan lain.

Surabaya, 20 Januari 2023

Penulis

Muhammad Fauzan Alwa

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN NASKAH PROPOSAL	II
KATA PENGANTAR	III
DAFTAR ISI	IV
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. LATAR BELAKANG	1
1.2. RUMUSAN MASALAH.....	2
1.3. BATASAN MASALAH	2
1.4. TUJUAN PENELITIAN.....	2
1.5. MANFAAT PENELITIAN	2
BAB II STUDI PUSTAKA	2
2.1. KECAMATAN KEDUNGKANDANG.....	2
2.2. BENCANA ALAM	6
2.3. BANJIR.....	8
2.4. STRES	9
2.5. KOPING.....	11
BAB III METODE PENELITIAN.....	12
3.1. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN	12
3.2. ALAT DAN BAHAN PENELITIAN	12
3.3. PROSEDUR PENELITIAN	12
1.3.1. PENGUMPULAN DATA.....	12
1.3.2. PENGOLAHAN DATA	12
1.3.3. PENGAMBILAN FITUR DATA.....	13
1.3.4. ANALISIS DATA	13
DAFTAR PUSTAKA	16

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kasus banjir

Terdapat 205 kasus bencana alam di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 dan di Kota Surabaya terdapat 12 bencana alam, antara lain banjir, kebakaran lahan, dan gempa bumi. Kasus jamu yang sering muncul di Surabaya adalah banjir(BNPB, 2022). Bencana juga dapat menimbulkan dampak kesehatan mental yang paling umum seperti depresi, kecemasan, gangguan stres pasca trauma, gejala somatik yang tidak dapat dijelaskan secara medis(Yuliana et al., 2022).

Ketika banjir atau bencana alam lainnya terjadi, seseorang mungkin mengalami banyak stres dan merasa sangat sedih, yang dapat menyebabkan gangguan mental. Peristiwa stres akan meningkatkan hormon kortisol, danpengaruhi kehidupan. Jadi mengakibatkan terganggu psikologi seperti depresi,keluhan fisik dan lain-lain. Ketika kita mengalami banyak stres dalam hidup kita, itu dapat menyebabkan perubahan keseimbangan bahan kimia dalam tubuh kita yang dapat memengaruhi kesehatan mental kita dan membuat kita merasa buruk(Mesuri et al., 2014).

Lokasi banjir

Sebanyak enam rumah di bantaran sungai di kawasan Jalan Muharto, Gang VB RT05/06, Kelurahan Kotalama Kecamatan Kedungkandang Kota Malang, Jawa Timur, ambrol ke aliran **Sungai Brantas** di wilayah itu. 9 Maret 2022.

(<https://news.republika.co.id/berita/r9w3c7330/hujan-deras-akibatkan-enam-rumah-di-malang-ambrol-ke-aliran-sungai-brantas>)

1.2. Rumusan Masalah

apakah ada hubungan mekanisme koping dengan kejadian stres pasca bencana alam banjir pada masyarakat di Kecamatan Kedung Kandang?

1.3. Batasan Masalah

1. Data yang diambil hanya data remaja berusia 15-25 tahun.
2. Data yang diambil hanya di Kecamatan KedungKandang.

1.4. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kejadian stres pasca bencana alam banjir pada masyarakat di Kecamatan KedungKandang

1.5. Manfaat Penelitian

1. Sebagai media penunjang bagi peneliti dalam mengembangkan penelitian tentang hubungan mekanisme koping dengan kejadian stres pasca bencana alam banjir.
2. Sebagai dasar penelitian selanjutnya untuk dapat dikembangkan sebagai hubungan mekanisme koping dengan kejadian stres.

BAB II STUDI PUSTAKA

2.1. Kecamatan Kedungkandang

(<https://keckedungkandang.malangkota.go.id/p-r-o-f-i-l/gambaran-umum/>)

Secara geografis, Kecamatan Kedungkandang Kota Malang terletak antara 112036'14" – 112040'42" Bujur Timur dan 077036'38" – 008001'57" Lintang Selatan. Kecamatan Kedungkandang terletak pada ketinggian 440 – 460 meter diatas permukaan laut (dpl). Di sebelah timur wilayah Kecamatan Kedungkandang terdapat daerah perbukitan Gunung Buring yang memanjang dari utara ke selatan yang meliputi Kelurahan Cemorokandang, Kelurahan Madyopuro, Kelurahan Lesanpuro, Kelurahan Kedungkandang, Kelurahan Buring, Kelurahan Wonokoyo, Kelurahan Tlogowaru dan Kelurahan Cemorokandang. Luas wilayah Kecamatan Kedungkandang adalah 3.989 Ha atau 39,89 Km² dengan batas wilayah sebagai berikut :

- Sebelah Utara : Kecamatan Pakis Kabupaten Malang
- Sebelah Timur : Kecamatan Tumpang dan Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang
- Sebelah Selatan : Kecamatan Tajinan dan Kecamatan Pakisaji Kabupaten Malang
- Sebelah Barat : Kecamatan Sukun, Kecamatan Klojen dan Kecamatan Blimbing Kota Malang

2.1.1. JENIS TANAH

Di wilayah Kecamatan Kedungkandang, jenis tanahnya adalah tanah aluvial kelabu kehitaman dan asosiasi latosol coklat. Kedua jenis tanah ini merupakan hasil gunung api kwarter muda. Ciri kedua jenis tanah tersebut adalah :

Aluvial kelabu kehitaman

- Kestabilan landasan cukup tinggi;
- Sifat kelulusan air kecil;
- Pondasi bangunan berat perlu penelitian, untuk yang ringan dapat langsung ditempatkan dengan kedalaman 0 – 3 meter;
- Kepekaan terhadap segala alam kecil – sedang.

Asosiasi latosol coklat

- Warna kemerahan dan merupakan clay humus;
- Kestabilan landasan sedang;
- Pondasi bangunan berat perlu penelitian, untuk yang ringan dapat langsung ditempatkan dengan kedalaman 3 – 10 meter;

- Kepekaan terhadap gejala alam kecil – sedang.

2.1.2. HIDROLOGI

Di wilayah Kecamatan Kedungkandang mengalir 3 sungai yaitu:

Sungai Brantas

Debit air rata-rata maksimum 20.160 m³/detik dan dengan debit rata-rata minimum 8.181 m³/detik, arus air kuat pada musim penghujan dan lemah pada musim kemarau dengan kedalaman air rata-rata 4 meter.

Sungai Bango

Debit air rata-rata maksimum 16.240 m³/detik dan dengan debit rata-rata minimum 11.342 m³/detik, arus air kuat pada musim penghujan dan lemah pada musim kemarau dengan kedalaman air rata-rata 6 meter.

Sungai Amprong

Debit air rata-rata maksimum 10.261 m³/detik dan dengan debit rata-rata minimum 7.011 m³/detik, arus air kuat pada musim penghujan dan lemah pada musim kemarau dengan kedalaman air rata-rata 4 meter.

2.1.3. IKLIM

Iklim di Kecamatan Kedungkandang merupakan iklim tropis dengan suhu rata-rata mencapai 24°08' C kelembaban 7,26 %. Curah hujan rata-rata pertahun mencapai 2.279 mm, dengan rata — rata terendah bulan Agustus dan tertinggi bulan Januari. Sedangkan kelembaban udara rata-rata 73 % dengan jumlah hari hujan terbanyak (19 hari) pada bulan Agustus dan terendah (0 hari) pada bulan Januari.

Wilayah Kecamatan Kedungkandang memiliki suhu yang relatif sama dengan Kecamatan lainnya yang ada di Kota Malang, yaitu :

- Pada bulan Desember – Mei pada siang hari antara 20°C – 25°C

- Pada bulan Juni – Agustus pada siang hari antara 20°C – 28°C
- Pada bulan September – November pada siang hari antara 24°C – 28°C

2.1.4. DEMOGRAFI

Jumlah Penduduk di wilayah Kecamatan Kedungkandang (Januari 2018) adalah **192.625** jiwa, terbagi menurut jenis kelamin Laki-laki **96.436** jiwa dan Perempuan **96.189** jiwa. Dengan luas wilayah Kecamatan Kedungkandang 39,89 Km², kepadatan penduduk Kecamatan Kedungkandang adalah 76.742 jiwa/km².

2.1.5. PEREKONOMIAN

Untuk fasilitas perekonomian wilayah Kecamatan Kedungkandang terdapat 6 pasar permanen , yang mana 1 pasar belum beroperasi secara maksimal (pasar Tlogowaru) dengan jumlah pedagang yang dibedak sebanyak 420 orang, pedagang emperan sebanyak 888 orang sedangkan PKL sebanyak 867 orang.

2.1.6. PERTANIAN

Potensi pertanian di Kecamatan Kedungkandang masih cukup besar, hal tersebut dapat diketahui dari jumlah lahan pertanian di Kecamatan Kedungkandang yang seluas kurang lebih 1.898 Ha atau 48% dari luas wilayah Kecamatan yaitu 3.989 Ha. Jumlah Lahan pertanian tersebut terdiri dari 2 jenis yaitu Sawah seluas 604 Ha dan Tegal Seluas 1.294 Ha.

2.1.7. PENDIDIKAN

Di wilayah Kecamatan pada Tahun 2007 sudah dibangun sebuah sekolah TK dan SDN Nasional yang bertaraf Internasional. Dimana sekolahan tersebut berada di wilayah Kelurahan Tlogowaru, Sedangkan sejak tahun 2009 di wilayah kelurahan Bumiayu sudah didirikan Universitas Terbuka Malang dan Universitas Negeri Malang Program PGSD ada di Kelurahan Madyopuro. Sehingga diwilayah Kecamatan Kedungkandang terdapat 2 Perguruan Tinggi Negeri dan 4 perguruan tinggi swasta.

2.1.8. KESEHATAN

Fasilitas daerah dibidang kesehatan yang ada di wilayah Kecamatan Kedungkandang antara lain: RSUD Kota Malang (Kelurahan Bumiayu), Puskesmas Kedungkandang (Kelurahan Kedungkandang), Puskesmas Gribig (Kelurahan Madyopuro), Puskesmas Arjowinangun (Kelurahan Arjowinangun), Puskesmas Pembantu, Rumah Sakit Panti Nirmala (Kelurahan Kotalama), RSIA Refa Husada (Kelurahan Tlogowaru), dan beberapa klinik, praktek dokter lainnya.

2.1.9. OLAH RAGA

Fasilitas daerah dibidang kesehatan yang ada di wilayah Kecamatan Kedungkandang antara lain: Gelanggang Olah Raga (GOR) Ken Arok (Kelurahan Buring), Velodrome (Kelurahan Madyopuro), dan fasilitas olah raga lainnya seperti lapangan sepak bola, badminton, dan lainnya.

2.2. Bencana Alam

Menurut Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007, Bencana dapat didefinisikan sebagai peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau faktor non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis (Juliatri Feredika, 2019)

(<https://www.scribd.com/document/440673123/tanggap-darurat-perusahaan-docx>).

Bencana alam sering terjadi dalam kehidupan manusia. Bencana alam yang dimaksud adalah Gempa bumi, letusan gunung, tsunami, tanah longsor, banjir dan kekeringan. untukmengantisipasi perlu adanya Mitigasi yang dilakukan untuk membantu ketika ada terjadi bencana alam (FRENGKY SREMERRE, 2016)

(<https://osf.io/preprints/inarxiv/b684r/>).

Bencana alam dapat memiliki dampak yang sangat merusak pada komunitas manusia dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, mitigasi bencana dan persiapan yang baik sangat

penting untuk membantu mengurangi risiko dan melindungi masyarakat serta harta benda dari dampak bencana alam yang tidak terduga.

beberapa contoh bencana alam dan dampaknya:

1. Gempa Bumi:

Dampak: Merusak bangunan dan infrastruktur, menyebabkan kepanikan, korban jiwa dan luka-luka.

2. Tsunami:

Dampak: Gelombang besar yang menciptakan banjir laut yang merusak pesisir, menewaskan ribuan orang, dan menghancurkan pemukiman.

3. Banjir:

Dampak: Merusak rumah, pertanian, dan infrastruktur, menyebabkan kehilangan tanaman dan hewan ternak, serta menyebabkan penyakit akibat air kotor.

4. Kekeringan:

Dampak: Menyebabkan kekurangan air untuk irigasi dan konsumsi manusia, kekurangan pangan karena gagal panen, dan memicu konflik atas sumber daya air.

5. Badai atau Topan:

Dampak: Angin kencang, hujan deras, dan gelombang pasang dapat merusak bangunan, membanjiri daerah pesisir, memutuskan pasokan listrik dan air bersih, serta menimbulkan korban jiwa dan luka-luka.

6. Letusan Gunung Berapi:

Dampak: Mengeluarkan lava, abu vulkanik, dan gas beracun, merusak wilayah sekitar, menghancurkan pertanian, dan mengancam kehidupan manusia dan satwa liar.

7. Longsor:

Dampak: Tanah dan batu yang bergerak cepat dapat merusak rumah, jalan, dan infrastruktur lainnya, menimbun daerah permukiman, dan menimbulkan korban jiwa.

8. Tornado:

Dampak: Angin puting beliung sangat kencang yang dapat merusak bangunan, menghancurkan hutan, dan menimbulkan korban jiwa serta luka-luka.

9. Gelombang Panas:

Dampak: Suhu udara yang sangat tinggi dapat menyebabkan kematian akibat panas, dehidrasi, dan berbagai penyakit terkait panas.

10. Gelombang Dingin (Pembekuan):

Dampak: Suhu yang sangat rendah dapat membekukan air, tanaman, dan menyebabkan kematian akibat hipotermia pada manusia dan hewan.

Bencana alam dapat memiliki dampak jangka pendek dan jangka panjang pada komunitas dan lingkungan. Oleh karena itu, mitigasi, persiapan, dan respons cepat sangat penting dalam mengurangi kerugian yang disebabkan oleh bencana alam.

pada September 2021, Kota Malang di Indonesia memang terletak di daerah yang rentan terhadap beberapa bencana alam, terutama banjir dan tanah longsor. Ini adalah masalah umum di daerah perkotaan di Indonesia karena urbanisasi yang cepat dan kurangnya pengelolaan lingkungan yang baik. Namun, saya tidak memiliki informasi terkini tentang bencana alam yang mungkin terjadi di Kota Malang setelah tanggal tersebut.

Penting untuk mencatat bahwa risiko bencana alam dapat berubah seiring waktu karena faktor-faktor seperti perubahan iklim, aktivitas manusia, dan upaya mitigasi yang diambil oleh pemerintah dan masyarakat setempat. Untuk informasi terkini tentang bencana alam di Kota Malang, disarankan untuk mengakses situs web resmi Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) Indonesia atau otoritas setempat di Kota Malang.

2.3. Banjir

Banjir adalah keadaan di mana suatu daerah tergenang oleh air dalam jumlah yang besar. Banjir merupakan bencana alam yang paling sering terjadi di Indonesia. Penyebab banjir mencakup curah hujan yang tinggi, permukaan tanah lebih rendah dibandingkan muka air laut, wilayah terletak pada suatu cekungan yang dikelilingi perbukitan dengan sedikit resapan air, pendirian bangunan disepanjang bantaran sungai, aliran sungai tidak lancar akibat terhambat oleh sampah, serta kurangnya tutupan lahan di daerah hulu sungai. Banjir dapat membawa dampak negatif bagi masyarakat dan lingkungan, seperti kerusakan properti, keamanan yang terancam, dan korban jiwa. Namun, banjir juga dapat membawa keuntungan, seperti mengisi kembali air tanah, menyuburkan serta memberikan nutrisi kepada tanah, dan menyediakan air yang cukup di kawasan kering dan semi-kering yang curah hujannya tidak menentu sepanjang tahun.

Berikut adalah beberapa jenis banjir yang terjadi:

- Banjir bandang akibat curah hujan konvektif (badai petir besar) atau pelepasan mendadak endapan hulu yang terbentuk di belakang bendungan, tanah longsor, atau gletser.

- Banjir muara yang biasanya diakibatkan oleh penggabungan pasang laut yang diakibatkan angin badai. Banjir badai akibat siklon tropis atau siklon ekstratropis masuk dalam kategori ini.
- Banjir pantai yang telah dikendalikan di Eropa dan Amerika melalui pertahanan pantai, seperti tembok laut, pengembalian pantai, dan pulau penghalang.
- Banjir sungai yang terjadi ketika air mengalami kelebihan kapasitas di sebuah sungai. Terjadinya banjir sungai disebabkan oleh badai yang terus terjadi dalam waktu yang panjang. Di beberapa negara beriklim subtropis, jenis banjir ini juga diakibatkan oleh curah hujan yang tinggi serta cairnya salju.
- Banjir rob yang terjadi di daerah-daerah yang berada di bawah permukaan air laut dan terjadi akibat pasang air laut yang tinggi.

Untuk menghadapi banjir, beberapa langkah yang dapat dilakukan antara lain menentukan lokasi Posko Banjir yang tepat untuk pengungsi, membentuk tim penanggulangan banjir di tingkat warga, menaikkan bangunan rumah, membuat dinding penghalang banjir, dan lindungan rumah dengan cat waterproof, serta mengamankan dokumen penting seperti Akte Kelahiran, Kartu Keluarga, Buku Tabungan, Sertifikat dan Benda-benda berharga dari jangkauan air. Selain itu, beberapa hal yang harus dihindari saat terjadi banjir adalah jangan berjalan atau berkendara di aliran banjir untuk menghindari terseret arus, secepatnya membersihkan rumah dan halaman dari sisa air banjir, lumpur, dan sampah, serta waspada terhadap kemungkinan binatang berbisa seperti ular, lipan, tikus, kecoa, lalat, dan nyamuk yang ikut terbawa aliran banjir (Hidayat, 2020).

<https://conference.ft.unand.ac.id/index.php/ace/ace2017/paper/viewFile/33/28>

2.4. Stres

Stres adalah respons fisik, mental, atau emosional terhadap situasi atau peristiwa yang dianggap menantang, mengancam, atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasi. Ini adalah reaksi alami tubuh terhadap tekanan atau tuntutan dari lingkungan sekitar. Stres dapat timbul dari berbagai situasi, termasuk tuntutan pekerjaan yang tinggi, masalah keuangan, masalah hubungan, atau peristiwa kehidupan yang sulit seperti kehilangan orang yang dicintai.

Ketika seseorang menghadapi stres, tubuh merespons dengan melepaskan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin. Respons ini dapat menyebabkan perubahan fisik, seperti peningkatan denyut jantung, peningkatan tekanan darah, peningkatan kecepatan pernapasan, dan peningkatan ketegangan otot. Selain itu, stres juga dapat mempengaruhi kesejahteraan mental, menyebabkan gejala seperti kecemasan, ketegangan, atau kesulitan tidur.

Penting untuk diingat bahwa tidak semua stres bersifat negatif. Stres positif, yang disebut eustress, dapat memberi dorongan motivasi dan energi yang diperlukan untuk mencapai tujuan atau menyelesaikan tugas. Namun, stres yang berkepanjangan atau terlalu intens dapat menjadi masalah kesehatan jika tidak dikelola dengan baik. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif, seperti olahraga, meditasi, atau berbicara dengan orang yang dipercaya, untuk mengurangi dampak stres negatif terhadap kesehatan fisik dan mental.

DSM-5, atau "Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition" (Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Jiwa, Edisi Kelima), adalah panduan yang digunakan oleh profesional kesehatan mental untuk mendiagnosis gangguan jiwa. Dalam DSM-5, stres dan gangguan terkait stres memiliki beberapa kategori, termasuk Gangguan Adaptasi dengan Stres dan Gangguan Trauma Terkait.

1. Gangguan Adaptasi dengan Stres: Ini mencakup reaksi stres yang berlebihan terhadap peristiwa atau perubahan kehidupan yang signifikan. Contohnya adalah stres akibat kehilangan pekerjaan, bencana alam, masalah keuangan, atau konflik dalam hubungan. Gangguan adaptasi dengan stres terjadi ketika reaksi stres individu terhadap situasi ini sangat berlebihan dan mengganggu fungsi normal sehari-hari. DSM-5 tidak lagi memisahkan reaksi stres ini berdasarkan tuntutan, tetapi mengklasifikasikannya sebagai satu kategori.
2. Gangguan Trauma Terkait: Ini mencakup gangguan yang berkaitan dengan pengalaman traumatis, seperti Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) atau Gangguan Stress Akut.

PTSD terjadi setelah pengalaman traumatis yang serius, seperti kecelakaan, kekerasan, atau pengalaman perang. Gangguan Stress Akut juga melibatkan gejala serupa dengan PTSD, tetapi muncul dalam rentang waktu yang lebih pendek setelah pengalaman traumatis.

Penting untuk diingat bahwa DSM-5 adalah alat yang digunakan oleh profesional kesehatan mental untuk membuat diagnosis berdasarkan gejala dan pengamatan yang dilaporkan oleh pasien. Jika Anda merasa mengalami stres yang signifikan atau merasa terganggu dalam kehidupan sehari-hari Anda, sangat penting untuk mencari bantuan dari profesional kesehatan mental terlatih.

2.5. Koping

Koping adalah istilah yang digunakan dalam psikologi untuk merujuk pada cara individu mengatasi, menanggapi, atau menghadapi stres, tekanan, tantangan, atau situasi sulit dalam kehidupan mereka. Ini melibatkan berbagai strategi, teknik, atau tindakan yang digunakan seseorang untuk mengatasi emosi negatif, mengurangi ketegangan, atau mengatasi masalah.

Ada dua jenis strategi coping utama:

1. **Coping Problem-Focused:** Pendekatan ini melibatkan usaha untuk mengubah situasi atau mengatasi masalah yang menyebabkan stres. Contohnya, jika seseorang merasa stres karena beban kerja yang tinggi, mereka mungkin mencoba mengatur ulang jadwal kerja atau mencari bantuan tambahan untuk mengatasi tugas-tugas tersebut.
2. **Coping Emotion-Focused:** Pendekatan ini fokus pada mengelola emosi yang muncul sebagai respons terhadap stresor atau situasi sulit, tanpa benar-benar mengubah situasi itu sendiri. Contohnya, seseorang yang merasa sangat stres mungkin menggunakan meditasi, olahraga, atau berbicara dengan teman sebagai cara untuk merasa lebih tenang dan mengurangi kecemasan.

Penting untuk diingat bahwa strategi coping dapat bervariasi antara individu, dan apa yang efektif untuk satu orang mungkin tidak efektif untuk orang lain. Terkadang, orang dapat menggunakan kombinasi dari kedua jenis pendekatan ini tergantung pada situasi dan tingkat stres yang dialami. Bantuan dari terapis atau konselor juga dapat membantu seseorang mengidentifikasi strategi coping yang efektif sesuai dengan kebutuhan mereka.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Tempat dan Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama kurang lebih tiga bulan di Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur.

3.2. Alat dan Bahan Penelitian

Untuk menunjang pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan, dibutuhkan alat dan bahan antara lain:

1. Laptop Asus X550Z dengan sistem operasi windows 10 dan RAM 8 GB.
2. Software Google Form
3. Software SPSS

3.3. Prosedur Penelitian

Penelitian “hubungan mekanisme coping dengan kejadian stres pasca bencana alam banjir pada remaja di kecamatan kedungkandang” dilakukan dalam beberapa tahap, antara lain :

1.3.1. Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuisioner tentang stress dan coping kepada 50 orang remaja yang ada di Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur. Data dimasukkan ke Google Spreadsheet untuk dilakukan pengolahan data.

1.3.2. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan memisahkan data – data kuantitatif dan data – data kualitatif untuk dilakukan *preprocessing* seperti uji validitas data dan uji reliabilitas

data. Data yang telah melalui tahap *preprocessing* kemudian digunakan untuk melakukan pengambilan fitur data.

1.3.3. Pengambilan Fitur Data

Pengambilan fitur data dilakukan dengan mengambil seberapa tinggi tingkat stress remaja di Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur saat mengalami bencana banjir, apa langkah koping yang dilakukan remaja di Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang, Jawa Timur untuk mengurangi stress yang diterima pasca bencana banjir. Fitur data akan digunakan untuk menganalisis hubungan mekanisme koping dengan kejadian stres pasca bencana alam banjir pada remaja di kecamatan kedungkandang.

1.3.4. Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk mengukur hubungan mekanisme koping dengan kejadian stress dengan melihat korelasi antar keduanya sehingga diperoleh kesimpulan “berpengaruh” maupun “tidak berpengaruh”. Hasil analisis digunakan untuk melihat seberapa efektif Tindakan koping untuk mengatasi stress pasca bencana banjir pada remaja di kecamatan kedungkandang.

Data yang terkumpul kemungkinan akan dianalisis menggunakan metode statistik, seperti analisis regresi, uji korelasi, atau analisis varians (ANOVA). Analisis data akan menilai apakah terdapat hubungan statistik antara mekanisme koping yang digunakan oleh remaja dan tingkat stres pasca bencana banjir. Juga mungkin dilakukan analisis perbandingan antara kelompok remaja yang menggunakan mekanisme koping tertentu dengan kelompok yang menggunakan mekanisme koping lainnya. Poerwandari (2001) menekankan bahwa penelitian ini terutama melibatkan bentuk data yang bukan bersifat numerik. Dalam penelitian ini, data dikumpulkan melalui wawancara dan memberikan informasi deskriptif.

Penelitian kualitatif tidak mengikuti aturan yang ketat dalam pengolahan dan analisis data, seperti yang diungkapkan oleh Patton (1990, yang dikutip dalam Poerwandari, 2001). Jorgensen (yang dikutip dalam Poerwandari, 2001) memberikan definisi analisis dalam penelitian kualitatif:

"Analisis adalah proses memecah, memisahkan, atau membongkar bahan penelitian menjadi bagian-bagian yang dapat dikelola. Setelah fakta-fakta dipecah menjadi komponen-komponen yang dapat dikelola, peneliti menyusun dan mengatur ulangnya, mencari tipe, kelas, urutan, pola, atau keseluruhan."

Dari penjelasan ini, jelas bahwa dalam proses analisis, peneliti perlu memecah data menjadi komponen yang lebih kecil, yang kemudian diorganisir untuk mengidentifikasi pola dan hubungan di antara mereka.

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan dari tiga partisipan dideskripsikan secara naratif untuk setiap partisipan. Ini mencakup data yang diperoleh dari wawancara dan observasi peneliti.

Terkait jenis analisis, Poerwandari (2001) menjelaskan bahwa ada dua jenis analisis dalam penelitian kualitatif: analisis intra-kasus dan analisis antar-kasus. Dalam analisis intra-kasus, peneliti mengkaji bagaimana partisipan memberikan makna pada kasus individu mereka, mengeksplorasi apa yang terjadi, mengapa hal itu terjadi, dan bagaimana hal itu terjadi. Penjelasan yang logis diperlukan untuk memahami fenomena yang sedang diteliti. Dalam analisis antar-kasus, penting untuk mengidentifikasi proses umum yang terjadi di setiap kasus.

Untuk melakukan analisis ini, data diolah dan diinterpretasi untuk memungkinkan peneliti menemukan dan memahami makna yang terdapat dalam situasi yang diteliti. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara sistematis untuk memastikan kualitas data. Data penelitian kualitatif umumnya terdiri dari narasi, deskripsi, cerita, dan dokumen tertulis (termasuk gambar dan foto) daripada nilai numerik.

1.3.5 Rumusan masalah

Respon koping bervariasi secara signifikan antara individu dan seringkali dipengaruhi oleh bagaimana individu melihat atau memahami situasi yang penuh stres. Koping dapat diidentifikasi melalui respon individu, tanda-tanda fisik, dan gejala-gejala yang muncul, serta pernyataan yang diungkapkan oleh klien selama wawancara. Koping dapat dievaluasi melalui berbagai dimensi, termasuk yang terkait dengan aspek fisik maupun psikososial. Reaksi fisiologis adalah indikator penting dalam menilai respons koping klien. Ini mencakup manifestasi fisik yang muncul sebagai respons terhadap situasi stres yang dialami oleh klien. Reaksi ini mencerminkan bagaimana tubuh merespons dan

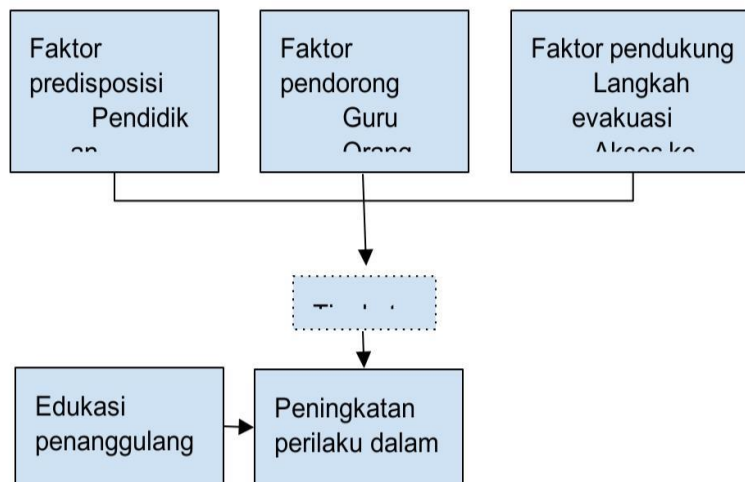
merasakan situasi stres. Sementara itu, reaksi psikososial melibatkan berbagai aspek yang terkait dengan cara individu merespons stres. Ini termasuk penggunaan mekanisme pertahanan mental, seperti denial (penyangkalan), proyeksi, regresi, pemindahan (displacement), isolasi, dan supresi. Selain itu, reaksi psikososial mencakup respons verbal, seperti menangis, tertawa, teriak, melakukan perilaku agresif, dan berbagai tindakan verbal lain yang mencerminkan respons emosional individu. Reaksi psikososial juga mencakup kemampuan individu dalam menyelesaikan masalah. Ketika mekanisme pertahanan mental dan respons verbal tidak cukup untuk menyelesaikan masalah, individu perlu mengembangkan keterampilan dalam menyelesaikan masalah. Ini melibatkan proses kognitif, afektif, dan perilaku yang mencakup berbicara dengan orang lain untuk mendiskusikan masalah, mencari informasi dari berbagai sumber, menghubungkan diri dengan aspek spiritual atau agama, berpartisipasi dalam praktik keagamaan secara rutin, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengembangkan pandangan positif terhadap situasi. Selain itu, individu juga dapat menggunakan teknik pengelolaan stres, seperti latihan pernapasan, meditasi, visualisasi, dan berbagai strategi lainnya. Mereka juga bisa mempertimbangkan berbagai alternatif tindakan dalam mengatasi situasi dan belajar dari pengalaman masa lalu sebagai bagian dari strategi coping yang efektif (Potter & Perry, 2017).

mengenai mitigasi banjir di Sungai Tuweley/Ogomalane di Kelurahan Baru dan Kelurahan Tuweley, Kecamatan Baolan, Kabupaten Tolitoli.

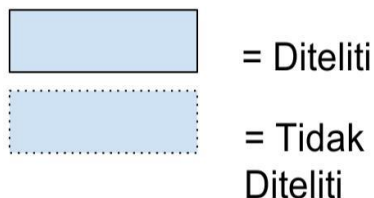
1.3.6 kerangka konseptual dan hipotesis

Kerangka konseptual dan hipotesis

Analisis tingkat stress remaja di daerah Jambangan (sungai berantas) sebagai daerah rawan banjir



Keterangan :



Gambar 1 Kerangka konseptual Analisis tingkat stress remaja di daerah Jambangan (sungai berantas) sebagai daerah rawan banjir

DAFTAR PUSTAKA

- BNPB. (2022). *Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI)*.
- FRENGKY SREMERE, D. (2016). *AZESMEN RESIKO BENCANA MENGGUNAKAN METODE KUALITATIF PADA KELURAHAN KLABULU DISTRIK MALAIMSIMSAKOTA SORONG. June*.
- Hidayat, B. (2020). *ANALISIS PEMETAAN GENANGAN BANJIR DAN PENGETAHUAN MASYARAKAT DALAM MITIGASI BENCANA BANJIR DI PERUMAHAN MARANSI*

KECAMATAN KOTO TANGAH KOTA PADANG. November 2017, 173–182.
<https://langgam.id/kecamatan-koto-tengah-kota-padang/>

Juliatry Feredika. (2019). *Dasar Kegawatan Pada Fisioterapi*. 282.

Mesuri, R. P., Huriani, E., & Sumarsih, G. (2014). Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stres Pada Pasien Fraktur. *Ners Jurnal Keperawatan*, 10(1), 66–74.

Yuliana, A., Rahman, S., & Tasalim, R. (2022). Description of Anxiety, Stress and Depression Levels in Post Flood Disaster. *Journal of Advances in Medicine and Pharmaceutical Sciences (JAMAPS)*, 1(2), 58–65. <https://doi.org/10.36079/lamintang.jamaps-0102.444>