Ptsd

Bencana alam dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental individu, baik orang dewasa maupun anak-anak dan remaja. Tingkat paparan bencana karena kerusakan properti, kematian, dan cedera serius dapat memprediksi prevalensi gangguan stres pasca trauma (PTSD) dan gejala depresi dapat menghambat adaptasi individu untuk hidup sesudahnya (Anika et al., 2019). Indonesia sebagai negara yang berada di wilayah geografis yang memiliki tingkat kerentanan yang tinggi terhadap bencana alam. Faktor-faktor seperti posisi geografisnya di antara Samudra Hindia dan Pasifik, serta menjadi titik konvergensi dari dua jalur gunung berapi yang aktif, merupakan penyebab utama dari tingginya risiko terjadinya bencana alam di wilayah ini (BNPB, 2016 dalam (Mar’i Ariful Hakim, 2022)).

Menurut BPBD Jawa Timur tahun pada tahun 2016 Di wilayah Provinsi Jawa Timur itu sendiri, terdapat sekurang-kurangnya 12 ancaman bencana yang berpotensi untuk terjadi. Ancaman-ancaman tersebut meliputi banjir, banjir bandang, gelombang ekstrem dan abrasi pantai, gempa bumi, kegagalan sistem teknologi, kekeringan, pandemi dan wabah penyakit, letusan gunung api, kondisi cuaca ekstrem, tanah longsor, tsunami, kebakaran hutan dan lahan, serta likuifaksi (Rizky, 2022). Letusan gunung berapi tergolong dalam kategori bencana alam yang menempati posisi ketiga dalam tingkat risiko, setelah tsunami dan gempa bumi (Bachtiar 2018 dalam (Putri Purnama *et al.*, 2022)). Dampak dari letusan gunung berapi tidak hanya terbatas pada jumlah korban jiwa atau cedera, melainkan juga merusak ekosistem. Beberapa referensi seperti (Chester, 1988; Sadler & Grattan, 1999; Rampino, 2002; Oppenheimer, 2003) menyebutkan bahwa letusan gunung berapi dapat berpotensi menyebabkan perubahan iklim dan kerusakan lingkungan (Dwi Ernawati, Mustikasari, 2020). Korban selamat dari letusan gunung berapi umumnya mengalami tekanan psikologis, seperti yang terungkap dalam penelitian Norris et al. (2002) dan Galea et al. (2004) dalam (Dwi Ernawati, Mustikasari, 2020).

Dalam penelitian yang ditulis oleh (Dwi Ernawati, Mustikasari, 2020) menyebutkan beberapa sumber terkait dampak bencana gunung berapi pada psikologis penyintas seperti studi terbaru oleh Hlodversdottir et al. (2016) menemukan bahwa orang yang terpapar letusan gunung berapi, seperti yang terjadi di Islandia Eyjafjallajokull, mengalami peningkatan risiko gejala fisik dan mental, termasuk PTSD, dalam jangka waktu 3-4 tahun setelah erupsi. Meskipun penelitian oleh Murphy (2012) menunjukkan gejala PTSD pada korban letusan Gunung Merapi 2010, tidak semua dari mereka memiliki diagnosis klinis PTSD. Penelitian lainnya oleh Thoha (2012) menegaskan bahwa banyak korban bencana alam Gunung Merapi mengalami gangguan psikologis, seperti trauma, stres, gangguan tidur, isolasi sosial, dan gejala fisik seperti nyeri kepala dan diare. Menurut Maslim (2001), pengalaman traumatis pada korban yang selamat dari bencana, jika tidak segera diatasi, dapat mengakibatkan gangguan stres pasca trauma yang berlangsung lebih dari enam bulan, yang dikenal sebagai PTSD atau Post Traumatic Stress Disorder (Dwi Ernawati, Mustikasari, 2020). Individu yang mengalami trauma atau PTSD pasca bencana gunung meletus mungkin akan menggunakan berbagai cara untuk mengurangi tekanan, mereka dapat mencari dukungan sosial, terapi, atau mencari makna positif dari pengalaman tersebut sebagai bagian dari strategi koping adaptif. Di sisi lain, mereka juga dapat menggunakan strategi koping maladaptif, seperti penghindaran atau penyalahgunaan zat, untuk meredakan ketegangan emosional. Jika strategi koping berhasil, proses penyembuhan dapat terjadi, tetapi jika gagal, keadaan tegang dapat meningkat dan meningkatkan risiko masalah lain seperti depresi dan gangguan kecemasan (Istiana *et al.*, 2021).

Gunung Semeru, yang merupakan gunung berapi aktif tertinggi di Pulau Jawa dengan ketinggian 3.676 MDPL, terletak di Kabupaten Lumajang dan Kabupaten Malang. Data dari PVMBG mencatat serangkaian kejadian vulkanik di Gunung Semeru, termasuk pada tahun 1990, 1992, 1994, 2002, 2004, 2005, 2007, dan 2008 (Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), 2021). Pada tahun 2008, terdapat beberapa kali letusan, termasuk pada periode 15 Mei hingga 22 Mei 2008, di mana awan panas terjadi empat kali, meluncur ke daerah Besuk Kobokan dengan jarak luncur sekitar 2.500 meter. Pada 4 Desember 2021, Gunung Semeru kembali mengalami letusan, menyebabkan guguran awan panas. Dampak bencana letusan tidak hanya terbatas pada korban jiwa dan kerusakan, tetapi juga pada warga yang terpaksa mengungsi karena kerusakan tempat tinggal akibat material vulkanik (Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), 2021). Letusan Gunung Semeru pada tahun 2021 memiliki dampak besar, terutama bagi masyarakat sekitar, seperti penduduk Desa Sumberwuluh dan Sumbermujur Kecamatan Candipuro. Jumlah warga yang mengungsi meningkat menjadi 3.697 jiwa menurut data ((BNPB) Badan Nasional Penanggulangan Bencana, 2021). Selain kerugian fisik, seperti kehilangan harta benda, anggota keluarga, dan tempat tinggal, erupsi Gunung Semeru juga berdampak pada kesejahteraan psikologis para penyintas (Purba and , Siswo Hadi Sumantri, Anwar Kurnadi, 2022).

Setelah mengalami erupsi Gunung Semeru, respons individu terhadap musibah tersebut menunjukkan variasi antara respon negatif dan positif. Respon negatif mencakup gejala stres, kecemasan, trauma, dan bahkan depresi. Sebaliknya, respon positif melibatkan ekspresi emosi yang positif, sikap optimis terhadap kehidupan, harapan yang positif, dan ketahanan psikologis yang kuat tanpa adanya gangguan psikologis yang signifikan, memungkinkan proses pemulihan yang cepat (Priyambodo *et al.*, 2022). Para korban rentan mengalami trauma akibat kehilangan orang-orang terdekat, harta benda, dan tempat tinggal, yang pada gilirannya dapat menghasilkan gangguan stres pasca trauma (PTSD). PTSD merupakan suatu gangguan kecemasan yang berkembang setelah pengalaman traumatis, seperti dalam konteks situasi perang yang ekstrim (Dwi, Wicaksi and S, 2021).

Pada tahun 2001 dan 2003, kejadian PTSD pada populasi umum berusia 15-54 tahun mencapai 6,8% setiap tahunnya secara global. Wanita memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami gangguan PTSD dibandingkan pria, dengan persentase kejadian sebesar 9,7% untuk wanita dan 3,6% untuk pria (Indra Muliani, 2024b). Gempa bumi di Wenchuan, Tiongkok pada tahun 2008 menunjukkan dampak yang signifikan terhadap tingkat PTSD. Dari 46 studi yang dilakukan pada penyintas gempa bumi, ditemukan bahwa 23,7% dari individu tersebut mengalami PTSD pasca gempa secara keseluruhan. Pada 446 penduduk yang tinggal dekat dengan lokasi gempa, tingkat kejadian PTSD mencapai sekitar 45,5%. Bahkan tujuh hingga delapan bulan setelah kejadian, tingkat PTSD tetap tinggi, berkisar antara 26,4% hingga 55,6% (Fong, Kenneth N. K., 2022).

Studi sebelumnya mengenai kesejahteraan psikologis pada penyintas erupsi Gunung Semeru di Kabupaten Lumajang telah dilakukan oleh Rahayu pada tahun 2023. Erupsi Gunung Semeru pada 4 Desember 2021 menyebabkan banyak warga kehilangan tempat tinggal, harta benda, bahkan kehilangan anggota keluarga, yang juga berdampak pada kesehatan mental mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayat juga menunjukkan bahwa situasi ketidakpastian ini menambah tingkat stres dan beban psikologis yang sudah ada. Pengalaman menyelamatkan diri dari awan panas dan mendengar suara dentuman saat kejadian memiliki dampak psikologis yang signifikan.

Studi yang dilakukan oleh (Rahmanishati, Woro; Rosliana, 2021) mengenai hubungan antara dukungan social sebagai mekanisme koping dengan post-traumatic stress disorder penyintas bencana alam di sukabumi menunjukkan bahwa pentingnya mekanisme koping dalam mengurangi tingkat PTSD pada korban bencana, yang menunjukkan bahwa upaya untuk meningkatkan dukungan sosial dapat menjadi strategi yang efektif dalam mencegah dan mengatasi PTSD setelah bencana.

Penelitian Yuner, Sari, dan Tusadiah (2018) menjelaskan bahwa seseorang yang cenderung menggunakan mekanisme koping yang maladaptif ketika menghadapi bencana akan mudah mengalami depresi dan gangguan psikologi termasuk PTSD. Penelitian (Utama and Ambarini, 2023) menunjukkan bahwa penyintas dengan gejala PTSD yang melakukan mekanisme koping berupa Cognitive behavior therapy efektif mengurangi gejala PTSD khususnya rasa cemas dan takut serta mengubah distorsi kognitif yang berakitan dengan sumber trauma. Penelitian Wandra (2016) mengatakan bahwa penyebab orang alami stress karena ditengah bencana sering kali mengalami situasi yang menakutkan dan tidak terduga. Bencana juga menyebabkan kerugian fisik dan psikologis yang signifikan. Kerugian ini dapat menyebabkan stres kronis, kecemasan yang mendalam dan dapat memperburuk gejala PTSD.