

GAMBARAN TINGKAT STRESS PASCA BENCANA BANJIR DI KELURAHAN SEMANGGI KECAMATAN PASAR KLIWON

Dewi Setyaningsih¹, Norman Wijaya Gati²

^{1,2} Prodi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta,
Jl. Kapulogo No.3 Pajang, Kec. Laweyan, Kota Surakarta 57141.

Post-el: dewisetyaningsih7698@gmail.com¹,
normanwijaya28@gmail.com²

Abstrak	Info Artikel
<p><i>Indonesia menjadi wilayah rawan terkena ancaman bencana alam karena letak geografis dan geologi nya. Data BNPB 2022 menyatakan bencana alam di Indonesia mencapai 3.531 kejadian. Kejadian bencana alam yang mendominasi yaitu banjir mencapai 1.524 kejadian. Banjir menimbulkan dampak psikologis salah satunya gangguan stress. Stress merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, dan ketegangan emosi. Stress dapat timbul dikarenakan faktor pemicu seperti bencana alam, karena setiap orang tidak bisa memprediksi kapan bencana terjadi. Tujuan : Menilai tingkat stress pasca bencana banjir di Kelurahan Semanggi. Metode : Dalam Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan teknik kuota sampling dengan jumlah sampel 94 responden. Analisis data menggunakan analisa univariat. Penelitian ini menggunakan Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10). Hasil : Tingkat stress ringan sebanyak 16 orang (17%), tingkat stress sedang sebanyak 75 orang (79,8%), dan tingkat stress berat sebanyak 3 orang (3,2%). Kesimpulan : Sebagian besar warga di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon mengalami gangguan tingkat stress sedang.</i></p>	<p>Diajukan : 29-6-2023 Diterima : 19-8-2023 Diterbitkan : 25-9-2023</p>
<p>Abstract</p> <p><i>Indonesia is a region prone to natural disasters because of its geographical and geological location. BNPB data for 2022 states that there have been 3,531 natural disasters in Indonesia. The dominating natural disasters, namely floods, reached 1,524 incidents. Floods have a psychological impact, one of which is stress disorder. Stress is the body's reaction to situations that cause pressure, change, and emotional tension. Stress can arise due to triggering factors such as natural disasters, because no one can predict when a disaster will occur. Objective: Assess the level of post-flood stress in Semanggi Village. Method : In this study using a type of quantitative descriptive research. Sampling used a quota sampling technique with a total sample of 94 respondents. Data analysis using univariate analysis. This study used the Perceived Stress Scale Questionnaire (PSS-10). Results : 16 people (17%) had mild stress levels, 75 people (79.8%) had moderate stress levels, and 3 people (3.2%) had severe stress levels. Conclusion : Most residents in Semanggi Village, Pasar Kliwon District experience moderate stress disorder.</i></p>	<p>Kata kunci: Banjir, Tingkat Stress</p> <p>Keywords: Flood, stress level</p>
<p>Cara mensitasi artikel:</p> <p>Setyaningsih, D., & Gati, N.W. (2023). Gambaran Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon. <i>IJOH: Indonesian Journal of Public Health</i>, 1(3), 201-206. https://jurnal.academiacenter.org/index.php/IJOH</p>	

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan dengan letak geografis pada pertemuan tiga lempang bumi, yaitu Eurasia, Pasifik, dan Indo-Australia yang menyebabkan Indonesia rawan terhadap bencana gempa bumi, tsunami, letusan gunung api, banjir, tanah longsor, banjir bandang, cuaca ekstrim, gelombang ekstrim, abrasi, dan kekeringan (Adi *et al*, 2022).

Banjir merupakan bencana yang disebabkan oleh faktor hidrometeorologi. Banjir adalah peristiwa atau keadaan terendamnya suatu daerah atau daratan karena volume air yang meningkat. (BPBD, 2023). Faktor penyebab banjir yaitu curah hujan, karakteristik daerah aliran sungai, kemampuan alur sungai mengalirkan air banjir, perubahan tata guna lahan, pengelolaan sungai meliputi tata wilayah, pembangunan sarana dan prasarannya hingga tata pengaturannya (Nduru *et al*, 2022).

Banjir dapat mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia. Bencana banjir dapat memberikan dampak berupa fisik, psikologis dan sosial bagi para korbannya. Dampak fisik dapat berupa kematian, luka-luka, kerusakan infrastruktur dan kerusakan lingkungan. Dampak sosial juga bisa terjadi, dapat berupa sikap individualisme, hubungan masyarakat semakin renggang, egois serta merasa ketergantungan pada bantuan. Dampak psikologis akibat bencana yaitu munculnya masalah kesehatan mental psikologis, seperti masalah ansietas (kecemasan), stress (tekanan), depresi (kemurungan), dan trauma (Setiawati *et al*, 2020).

Stres merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, dan ketegangan emosi (Khairul Rahmat & Alawiyah, 2020). Kehilangan orang yang dicintai dan kehilangan aset ekonomi setelah terjadi bencana akan menimbulkan gejala stress fisik maupun stress mental. Tanda gejala stress yaitu mudah marah, mudah tersinggung, pemurung, cemas, sedih, pesimis, suasana hati sering berubah-ubah, mudah menyerah pada orang, mempunyai sikap bermusuhan, tidur tidak nyenyak, serta mengalami gangguan konsentrasi dan daya ingat (Haqi, 2019). Stres yang berkepanjangan akan berdampak pada depresi yang selanjutnya juga berdampak pada fungsi fisiologis manusia. Korban bencana perlu adaptasi stress, traumatis, dan bangkit dari tekanan bencana alam untuk mengatasi tekanan atau ancaman yang terjadi dilingkungan (Aliyupiudin, 2022).

Melalui hasil wawancara studi pendahuluan di Kelurahan Semanggi kepada 10 responden yang terdampak banjir dengan menggunakan instrumen kuesioner *The Perceived Stress Scale* (PSS-10) di dapatkan hasil sebanyak 3 responden mengalami stress ringan, 5 respoden mengalami stress sedang dan 2 responen mengalami stess berat.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini yaitu warga di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon yang mengalami bencana banjir kurang dari 3 bulan yang lalu. Pengambilan sampel menggunakan teknik kuota sampling dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel menggunakan teknik menurut Slovin dan didapatkan 94 responden. Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner *The Perceived Stress Scale* (PSS-10). Teknik analisa data yang digunakan yaitu analisa univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Analisa Univariat****Tabel 1 Distribusi frekuensi usia responden**

No	Usia	Frekuensi	Presentase
1.	26-35 tahun	15	16,0
2.	36-45 tahun	29	30,9
3.	46-55 tahun	29	30,9
4.	56-65 tahun	21	22,3
	Total	94	100,0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa kategori usia responden mayoritas adalah pada dewasa akhir usia 36-45 tahun dan pada lansia awal usia 46-55 tahun yaitu masing-masing sebanyak 29 responden atau sebesar 30,9 %, sedangkan kategori usia yang minoritas adalah usia 26-35 tahun sebanyak 15 responden atau sebesar 16,0 %.

Tabel 1 Distribusi frekuensi jenis kelamin responden

No	Kategori jenis kelamin	Frekuensi	Presentase
1.	Laki-laki	33	35,1
2.	Perempuan	61	64,9
	Total	94	100,0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa kategori jenis kelamin pada responden warga Kelurahan Semanggi mayoritas adalah perempuan yaitu sebanyak 61 responden atau sebesar 64,9 %, sedangkan responden laki-laki berjumlah 33 jiwa atau sebesar 35,1 %.

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat pendidikan responden

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi	Presentase
1.	SD	35	37,2
2.	SMP	23	24,5
3.	SMA	28	29,8
4.	Perguruan tinggi	8	8,5
	Total	94	100,0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa kategori tingkat pendidikan pada responden warga Kelurahan Semanggi mayoritas adalah SD yaitu sebanyak 35 responden atau sebesar 37,2 %, sedangkan kategori tingkat pendidikan yang minoritas yaitu perguruan tinggi sebanyak 8 responden atau sebesar 8,7 %.

Tabel 3 Distribusi frekuensi pekerjaan responden

No	Pekerjaan	frekuensi	Presentase
1.	Wiraswasta	20	21,3
2.	PNS	6	6,4
3.	Buruh	13	13,8
4.	IRT	34	36,2
5.	Lainnya	21	22,3
	Total	94	100,0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa kategori pekerjaan pada responden warga Kelurahan Semanggi mayoritas adalah IRT yaitu sebanyak 34 responden atau sebesar 36,2 %, sedangkan kategori tingkat pekerjaan yang minoritas yaitu PNS sebanyak 6 responden atau sebesar 6,4 %.

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden variabel tingkat stress

No	Tingkat stress	Frekuensi	Presentase
1.	Ringan	16	17,0
2.	Sedang	75	79,8
3.	Berat	3	3,2
Total		94	100,0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 94 responden kategori mayoritas yaitu kategori tingkat stress sedang sebanyak 75 responden atau sebesar 79,8 %. Sedangkan untuk kategori yang minoritas yaitu kategori tingkat stress berat yaitu hanya terdapat 3 responden atau sebesar 3,2 %.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian distribusi menunjukkan bahwa tingkat stress pada warga di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon, mayoritas responden mengalami tingkat stress sedang yaitu sejumlah 75 orang atau sebesar 79,8 % dan responden minoritas adalah tingkat stress berat sejumlah 3 orang atau sebesar 3,2 %. Masyarakat merasa takut, cemas hingga stress apabila banjir menelan korban jiwa, korban luka, kehilangan harta benda maupun merusak rumah atau infrastruktur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yaitu Iswari (2020) yang menyatakan bahwa tingkat stres pada responden ditingkat berat dikarenakan individu atau seseorang yang tidak bisa menerima kenyataan secara umum akan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi sehingga membuat seseorang mengalami penderitaan yang menyengsarakan. Seseorang yang mengalami stres akan melibatkan emosinya, ketika responden mengalami stres yang berlangsung secara terus-menerus.

Hasil penelitian ini terdapat perbedaan dengan penelitian yang di lakukan oleh Restu & Kadek (2020), hasil penelitian didapatkan sebesar 89,05% responden memiliki tingkat stress normal sedangkan sisanya sebesar 10,95% mengalami tingkat stress dari stress ringan hingga stress berat, hal ini dikarenakan tidak adanya korban jiwa yang dilaporkan, serta masyarakat yang sudah kembali ke rumah masing-masing sehingga tingkat stres dan depresi yang dialami mayoritas masyarakat adalah normal.

Hasil penelitian mayoritas tingkat stress masyarakat sedang yaitu karena kehilangan sebagian harta benda, mengalami gangguan kesehatan seperti gatal-gatal, pusing, dll dan tinggal di tempat pengungsian saat terjadi banjir, serta terganggunya aktifitas keseharian. Hal ini di dukung dari penelitian (Article, 2021) yang menyatakan bahwa reaksi stres yang muncul terhadap impuls stres adalah tekanan darah meningkat selain itu responden yang mengalami stres sulit tidur, sehingga akan berdampak pada tekanan darah yang cenderung tinggi. Kemudian responden yang tinggal di lokasi pengungsian memiliki latar belakang kehidupan dan alasan yang berbeda-beda, dimana sebagian responden masih mengharapkan datangnya bantuan dari pemerintah, yang saat

ini mendiami lokasi pengungsian masing-masing memberikan sumbangan stresor atau sumber stres yang dialami oleh responden. Dengan hasil penelitian tingkat stres rendah (10,3%), tingkat stres sedang (25,3%), dan tingkat stres tinggi (59,0%).

Hasil penelitian ini terdapat 16 responden atau sebesar 17 % mengalami stress ringan dikarenakan mekanisme koping yang baik. Masyarakat menganggap banjir ini sebagai musibah yang tidak bisa di hindari, karena sudah terbiasa mengalami banjir setiap musim penghujan, masyarakat pasrah dengan terjadinya banjir ini dan berusaha menyelamatkan harta benda yang masih bisa terselamatkan. Hasil ini didukung penelitian dari Tamara et al., (2023) yang menyatakan ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat stress pasca bencana. Hasil penelitian didapatkan tingkat stress ringan dengan mekanisme koping adaptif ada 53 responden (63,8%) dan yang stress berat dengan mekanisme koping adaptif ada 13 responden (15,7%). Seseorang yang cenderung menggunakan mekanisme koping yang maladaptif ketika menghadapi bencana akan mudah mengalami sress, depresi dan gangguan jiwa (Yuner et al., 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini maka kesimpulan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Karakteristik responden di Kelurahan Semanggi mayoritas dewasa akhir usia 36-45 tahun dan lansia awal 46-55 tahun, jenis kelamin perempuan, tingkat pendidikan SD, dan jenis pekerjaan IRT.
- b. Tingkat stress pada warga Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon pasca banjir, mayoritas responden mengalami tingkat stress sedang dan minoritas mengalami tingkat stress berat.

Saran dalam penelitian ini yaitu :

- a. Bagi Masyarakat diharapkan agar masyarakat mengetahui dampak psikologis dari bencana banjir dan bisa sebagai dasar tatalaksana pasca banjir.
- b. Bagi Petugas Kesehatan diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk memberikan pelayanan penyuluhan kepada masyarakat tentang cara pengontrolan stress pasca bencana banjir.
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan bisa dijadikan acuan untuk mengetahui faktor-faktor penyebab stress pasca banjir serta memberikan terapi terkait dengan penurunan tingkat stres pasca bencana.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Kelurahan Semanggi yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian, dan kepada seluruh responden penelitian yang bersedia dan meluangkan waktunya dalam penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Adi, A. W., Shalih, O., Shabrina, F. Z., Rizqi, A., Putra, A. S., Karimah, R., Eveline, F., Alfian, A., Syauqi, Septian, R. T., Widiastomo, Y., Bagaskoro, Y., Dewi, A. N., Rahmawati, I., & Seniorwan. (2022). *Indeks risiko bencana Indonesia tahun 2021*. 11–13.
- Aliyupiudin, Y. (2022). Hubungan Mekanisme Koping dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 14(1), 1–12.
- Article, O. (2021). *Hubungan Stress Dengan Hipertensi Pasca Gempa dan Tsunami di Lokasi Pengungsian Kelurahan Mamboro Kecamatan Palu Utara Relationship of Stress with Post Earthquake and Tsunami Hipertension in Mamborro Village Reference Local North Palu District Helena Pangaribuan * Poltekkes Kemenkes Palu*. 15(1), 71–75.
- BPBD. (2023). *Bencana Banjir*. <https://bpbd.ntbprov.go.id/pages/bencana-banjir>
- Haqi, M. H. (2019). Gambaran Status Mental. Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga, 9–55.
- Iswari, M. F. (2020). Kegawatdaruratan Psikologis Berupa Tingkat Stres, Kecemasan Dan Depresi Korban Gempa, Tsunami Dan Likuifaksi Di Wilayah Pantoloan Kabupaten Donggala Palu Sulawesi Tengah. *Masker Medika*, 8(1), 46–52.
- Khairul Rahmat, H., & Alawiyah, D. (2020). Konseling Traumatik: Sebuah Strategi Guna Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam. *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 6(1), 34–44.
- Nduru, S., Hafiz, A. Al, & Pane, D. H. (2022). Implementasi Metode Fuzzy Berbasis Internet Of Things (IoT) Untuk Peringatan Dini Banjir. *Jurnal Sistem Komputer Triguna Dharma (JURSIK TGD)*, 1(1), 26. <https://doi.org/10.53513/jursik.v1i1.4805>
- Restu Pratama Aryanata, Kadek Saputra, D. M. W. (2020). Gambaran tingkat ansietas, stres, dan depresi pada pengungsi gunung agung pasca mengungsi. 8(April), 55–64.
- Setiawati, I., Utami, G. T., & Sabrian, F. (2020). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Perawat Tentang Kesiapsiagaan Pelayanan Kesehatan Dalam Menghadapi Bencana Banjir. *Jurnal Ners Indonesia*, 10(2), 158. <https://doi.org/10.31258/jni.10.2.158-169>
- Tamara, R. H., Firmawati, & Damansyah, H. (2023). *Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Masyarakat Pasca Pandemi Covid 19 Di Dusun Iv Desa Tuladenggi*. 1(2)
- Yuner F., Sari Y., & Tusadiah H. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Resiko Terjadinya Depresi Pada Korban Pasca Bencana Kebakaran Toko Di Pasar Atas Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 5 (1).