GAMBARAN RESILIENSI REMAJA DALAM MENGHADAPI BENCANA GEMPA BUMI

Rika Sarfika¹, Putri Indah Permata², Bobby Febri Krisdianto³

¹ Departemen Jiwa dan Komunitas, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

² Mahasiswa Program Profesi Ners, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

³ Departemen Medikal Bedah dan Gawat Darurat, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

*rikasarfika@nrs.unand.ac.id

ABSTRAK

Remaja merupakan kelompok individu yang rentan mengalami masalah psikologis, terutama pada remaja yang tinggal di daerah rawan bencana seperti Kota Padang. Resiliensi memainkan peran penting dalam pencegahan masalah kesehatan jiwa, dan juga penting untuk pemulihan dampak psikologis jangka panjang. Penelitian tentang resiliensi pada remaja sudah banyak, namun yang berfokus pada bencana masih sangat minim. Penelitian ini bertujuan melihat gambaran resiliensi remaja dalam menghadapi bencana gempa bumi. Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain cross sectional. Sebanyak 59 remaja berusia 10-19 tahun yang tinggal di kawasan pantai Pasien Nan Tigo, Koto Tangah, Kota Padang telah berpartisipasi dalam penelitian ini hingga selesai. Kuesioner Adolescent Resilience Disaster Tool (ARDT-Q37) digunakan untuk mengukur resiliensi remaja dalam menghadapi bencana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden (57,6%) memiliki resiliensi baik. 54,2% responden memiliki resiliensi dimensi helping dengan kategori baik, 52,5% responden memiliki resiliensi dimensi adaptability dengan kategori baik, 62,7% responden memiliki resiliensi dimensi trusting in god and hopefulness dengan kategori baik, dan 64,4% responden memiliki resiliensi social supporting dengan kategori baik. Sedangkan, pada resiliensi dimensi self-confidence lebih dari separuh responden (54,2%) memiliki kategori buruk. Resiliensi remaja dalam menghadapi bencana dapat dikatakan tergolong baik, meskipun pada dimensi self-confidence cenderung buruk.

Kata kunci: Bencana, Resiliensi, Remaja

A DESCRIPTION OF ADOLESCENT RESILIENCE IN EARTHQUAKE DISASTER

ABSTRACT

Adolescents are a group of individuals who are prone to experiencing psychological problems, especially teenagers who live in disaster-prone areas such as Padang City. Resilience plays an essential role in preventing mental health problems and is also vital for the long-term recovery of psychological consequences. There have been many studies on resilience in adolescents, but there has been very little focus on disasters. This study aims to look at the description of youth resilience in dealing with earthquake disasters. This research method is descriptive quantitative with a cross-sectional design. A total of 58 adolescents aged 10-19 years who live in the coastal area of Patient Nan Tigo, Koto Tangah, Padang City, participated in this study until it was completed. The Adolescent Resilience Disaster Tool Questionnaire (ARDT-Q37) measures youth disaster resilience. The results showed that more than half of the respondents (57.6%) had good resilience. 54.2% of respondents had the resilience dimension of helping in the good category, 52.5% of respondents had the resilience dimension of adaptability in the good category, 62.7% of respondents had the resilience dimension of trusting in god and hopefulness in the good category, and 64.4% of respondents had social supporting resilience in the good category. Meanwhile, more than half of the respondents (54.2%) had a lousy type on the resilience dimension of self-confidence. Adolescents' resilience in dealing with disasters can be pretty good, even though the self-confidence dimension tends to be poor

Keywords: Disaster, Resilience, Adolescents

PENDAHULUAN

Bencana merupakan peristiwa tidak terduga dan memiliki konsekuensi merusak baik fisik, materi, maupun psikologis. *International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies* dan dalam Undang-undang Nomor 24 tahun 2007 mendefinisikan bencana sebagai peristiwa yang mengancam atau gangguan serius pada fungsi masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam, non alam, maupun faktor manusia yang dapat menimbulkan korban jiwa, kerugian ekonomi, kerusakan lingkungan, penurunan kesehatan, serta dapat berdampak pada psikologis masyarakat yang memerlukan bantuan penanganan lebih lanjut (IFRC, 2022; Hutapea et al., 2021). Indonesia merupakan negara teritorial yang rawan mengalami bencana alam seperti gempa bumi, tsunami, dan banjir.

Badan Nasional Penanggulangan bencana (BNPB) mengungkapkan bahwa pada awal tahun 2022 hingga bulan Juni 2022 sudah tercatat sebanyak 1.927 kejadian bencana alam yang terjadi di Indonesia (BNPB, 2022). Kota Padang, merupakan salah satu ibukota provinsi di Indonesia yang sering terjadi bencana seperti gempa bumi, dan juga beresiko mengalami tsunami. Hal ini disebabkan kondisi geografis Kota Padang yang berada dikawasan pantai dan masyarakat banyak terpusat di daerah tersebut (Dian & Sudomo, 2010). Letak pantai barat Sumatera secara tektonik berdekatan dengan zona pertemuan dua lempeng tektonik dan Patahan Besar Sumatera (*Sumatera great fault*) yang masih aktif akan selalu mengancam daerah Sumatera Barat untuk berpotensi terjadi bencana alam (Sutarman, 2011). Wilayah Kota Padang, Padang Pariaman, dan daerah Pesisir lainnya memiliki potensi yang lebih besar terjadinya gempa bumi dan berpotensi tsunami yang tidak dapat diprediksi kapan terjadinya (BPBD Kota Padang, 2021). Kota padang menjadi urutan pertama daerah yang paling berisiko tinggi terkena bencana alam gempa bumi dan tsunami (BNPB, 2017). Hal ini disebabkan karena Kota Padang diapit oleh dua patahan gempa, yaitu patahan Semangko dan Patahan Megathrust (Nofrion, 2012). Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI) mengungkapkan bahwa selama sepuluh tahun (2009-2019) terdapat 3 gempa besar mengguncang kota Padang yang mengakibatkan 386 jiwa meninggal dunia, 1.219 jiwa luka-luka dan 3.547 kerusakan pada fasilitas pendidikan (BNPB, 2020).

World Report tahun 2011 menyatakan sekitar 66 juta anak dan remaja terkena bencana setiap tahunnya dan kondisi tersebut mempengaruhi perkembangan kepribadian dan psikologi mereka (Mudavanhu et al., 2015). Remaja yang mengalami goncangan psikologis harus mendapat penanganan serius dan bangkit dari kondisi mental yang terpuruk tersebut. Untuk menuju kepada kondisi semula diperlukan kemampuan yang dikenal dengan resiliensi (ifdil & taufik, 2012). Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dan beradaptasi serta bangkit dari keadaan sulit, peristiwa traumatis, dan kondisi penuh tekanan yang membuat individu tersebut mampu mengatasi permasalahan dengan baik (Zamrudlah, 2016).

Resiliensi memainkan peran penting dalam pemulihan dari pencegahan terhadap dampak psikologis jangka panjang setelah bencana alam (Sasmita & Afriyenti, 2019). Khususnya bagi remaja, keterampilan yang berkaitan dengan coping, kemampuan beradaptasi, dan ketahanan adalah sangat penting (Mohammadinia et al., 2019). Bencana alam yang secara langsung dirasakan, dialami, dan disaksikan oleh remaja menimbulkan dampak yang secara langsung dan tidak langsung dapat mempengaruhi tumbuh kembang psikologis mereka yang masih berada dalam tahap pencarian identitas diri (Thoyibah et al., 2019).

Resiliensi merupakan hal penting penting dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan remaja. Semakin tangguh remaja menghadapi bencana alam, maka semakin besar kemungkinan mereka akan mampu beradaptasi dan mengatasi kesulitan atau trauma yang mereka alami (Tonmyr et al., 2011). Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran resiliensi remaja dalam menghadapi bencana gempa bumi.

METODE

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 Mei – 17 Juli 2022. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* pada remaja yang tinggal didekat area pantai Pasie Nan Tigo, Koto Tangah, Kota Padang, Sumatera Barat. Sebanyak 59 remaja yang berusia 12-19 tahun berpartisipasi dalam penelitian secara sukarela.

Resiliensi responden diukur dengan menggunakan kuesioner *Adolescent Resilience Disaster Tool* (ARDT-37) yang dikembangkan oleh Mohammadinia et al., (2019). Instrumen ini terdiri dari 37 item yang mengukur 5 dimensi resiliensi remaja yaitu dimensi *helping* (10 item), dimensi *trusting in God and hopefulness* (5 item), dimensi *adaptability* (10 item), dimensi *self-confidence* (8 item), and dimensi *social support* (5 item). Instrumen ini versi aslinya memiliki validitas dan reliabilitas yang sangat baik (*alpha cronbach* 0,89). Respon jawaban dari setiap item pernyataan berdasarkan 5 poin skala likert yaitu sangat setuju (5), setuju (4), netral (3), tidak setuju (2), dan sangat tidak setuju (1). Semakin tinggi skor menggambarkan semakin bagus resiliensi remaja dalam menghadapi bencana gempa bumi. Dalam penelitian ini, instrumen di adaptasi ke dalam bahasa Indonesia menggunakan ahli bahasa. Instrumen yang sudah di translet dilakukan uji validasi kepada 30 remaja. Hasil uji validasi, instrumen ini menunjukkan konsistensi dan validitas yang tinggi dengan Cronbach's Alpha masing dimensi sebagai berikut: *helping* 0,88; *trusting in god and hopefulness* 0,82; *adaptability* 0,87; *self confodence* 0,88; dan *social supporting* 0,85.

Remaja yang sesuai kriteria inklusi diminta kesediaan menjadi responden dan diberikan penjelasan tentang penelitian. Selanjutnya, remaja yang menyatakan kesediaan menjadi responden diminta untuk mengisi dan menyelesaikan kuesioner yang terdiri dari kuesioner demografi (jenis kelamin, usia, pendidikan, dan pengalaman bencana) dan kuesioner ARDT-37 melalui *google form*. Semua responden menyelesaikan kuesioner yang ditugaskan dari *handphone* mereka. Data yang sudah terkumpul diolah secara komputerisasi untuk mengetahui frekuensi dan persentase karakteristik responden dan resiliensi remaja dalam menghadapi bencana.

HASIL

Tabel 1. Menjelaskan tentang gambaran karakteristik responden. Lebih dari separoh responden berjenis kelamin perempuan (52,5%), berusia 17-19 tahun (47,5%), sedang menempuh pendidikan SMA (44,1 %), dan sebagian besar responden (98,3%) pernah mengalami bencana.

Tabel 1. Gambaran karakteristik remaja dalam menghadapi bencana gempa bumi (n=59)

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
a. Laki-laki	28	47,5

b. Perempuan	31	52,5
Usia		
a. 12-14 tahun	7	11,8
b. 15-16 tahun	24	40,7
c. 17-19 tahun	28	47,5
Pendidikan Saat Ini		
a. SD	3	5,0
b. SMP	19	32,2
c. SMA	26	44,1
d. Perguruan Tinggi	7	11,9
e. Tidak Sekolah	4	6,8
Pengalaman Bencana		
a. Pernah	58	98,3
b. Tidak pernah	1	1,7

Tabel 2 menjelaskan resiliensi remaja secara umum. Secara umum, lebih dari separuh responden memiliki resiliensi yang baik dalam menghadapi bencana gempa bumi (57,6%). Tabel 2 juga menjelaskan tentang resiliensi remaja berdasarkan dimensi. Lebih dari separuh remaja memiliki resiliensi dimensi *helping* kategori baik (54,2%), dimensi *Adaptability* kategori baik (52,5%), dimensi *Trusting in God and Hopefulness* kategori baik (62,7%), dan dimensi *Social Supporting* kategori baik (64,4%). Sedangkan, pada dimensi *Self-Confidence* lebih dari separuh responden memiliki kategori buruk (54,2%).

Tabel 2. Gambaran resiliensi remaja dalam menghadapi bencana (n = 59)

Resiliensi	Kategori			
	Baik		Buruk	
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
Resiliensi total	34	57,6	25	42,4
<i>Helping</i>	34	54,2	25	45,8
<i>Adaptability</i>	31	52,5	28	47,5
<i>Self-Confidence</i>	27	45,8	32	54,2
<i>Trusting In God And Hopefulness</i>	37	62,7	22	37,3
<i>Social Supporting</i>	38	64,4	21	35,6

Tabel 3 menjelaskan tentang bentuk resiliensi yang umum ditunjukkan remaja dalam menghadapi bencana. Pada dimensi *helping*, rata-rata remaja mengungkapkan mampu bekerjasama dengan temannya dalam menyelesaikan tugas kelompok ($M = 4,02$; $SD = 0,92$). Pada dimensi *adaptability*, rata-rata remaja mengungkapkan dapat berjuang untuk hidup apapun yang terjadi saat bencana ($M = 4,22$; $SD = 0,83$), dan masih mencintai kehidupan walaupun dalam situasi bencana ($M = 4,22$; $SD = 0,79$). Pada dimensi *Self-Confidence*, rata-rata remaja mengungkapkan merasa tetap sehat dan kuat secara fisik ($M = 4,05$; $SD = 0,80$). Pada dimensi *Trusting in God and Hopefulness*, rata-rata remaja mengungkapkan bahwa menenangkan diri dengan cara berdoa kepada Tuhan ($M = 4,12$; $SD = 0,97$), meyakini bahwa hubungan dengan Tuhan dapat membantu dalam menghadapi situasi bencana ($M = 4,27$; $SD = 0,94$), meyakini Tuhan menyayangi dan melindungi pada situasi bencana ($M = 4,29$; $SD = 0,89$), tertarik mengetahui lebih jauh tentang bahaya bencana ($M = 4,17$; $SD = 1,02$), dan meyakini bahwa kesulitan membuat lebih kuat ($M = 4,07$; $SD = 0,94$). Sedangkan pada dimensi *social supporting*, rata-rata remaja mengungkapkan bahwa guru akan membantu kesulitan mereka pada saat situasi bencana ($M = 4,07$; $SD = 0,93$).

Tabel 3. Gambaran bentuk resiliensi remaja berdasarkan dimensi (n = 59)

Resiliensi	Mean	SD
Helping		
Saya dapat membuat tenang orang tua dan teman menghadapi bencana	3,58	1,13
Saya dapat membantu orang tua dan teman mengatasi bahaya saat bencana	3,64	1,16
Saya dapat memberi dampak positif kepada orang lain saat situasi bencana	3,49	1,12
Saya dapat mempengaruhi orang tua memperbaiki kondisinya	3,83	1,02
Saya menjalin hubungan baik dengan orang lain dan teman sebaya	3,97	0,99
Saya tetap melakukan yang terbaik, tidak peduli tugas apa yang diberikan	3,71	0,91
Saya dapat berperilaku tepat dan mengendalikan diri saat situasi bencana.	3,75	1,09
Saya bisa membantu anak kecil saat situasi bencana.	3,39	1,30
Saya memiliki selera humor meskipun dalam situasi buruk.	3,53	1,18
Saya bisa bekerjasama dengan teman dalam tugas kelompok.	4,02	0,92
Adaptability		
Saya memiliki kekuatan mengatasi masalah ketika bencana.	3,63	1,10
Saya dapat bekerjasama dengan baik saat menghadapi setiap situasi.	3,78	0,87
Saya akan tetap berjuang untuk hidup apapun yang terjadi saat bencana.	4,22	0,83
Saya mencintai kehidupan saya walaupun dalam situasi bencana.	4,22	0,79
Saya dapat kembali ke situasi normal ketika menghadapi masalah.	3,85	1,01
Saya tahu akan resiko bencana dan tindakan yang harus dilakukan saat bencana	3,88	1,03
Saya dapat menggunakan berbagai media informasi tentang bencana dan siap menghadapi resiko bencana.	3,64	1,03
Saya bisa melakukan sesuatu ketika kondisi tidak sesuai dengan yang saya alami	3,83	1,02
Saya tidak akan mengingat kenangan buruk tentang bencana.	3,49	1,12
Self-Confidence		
Saya merasa penasaran dengan hal-hal yang baru.	3,73	0,98
Saya pintar dan mampu mempelajari hal-hal baru dengan cepat.	3,54	1,22
Saya memiliki inovasi memecahkan masalah dalam situasi bencana.	3,56	1,09
Saya gesit dan cepat dalam mengerjakan sesuatu.	3,61	1,13
Saya mampu menggunakan pikiran saya untuk membuat kondisi menjadi lebih baik.	3,73	1,03
Dalam situasi bencana, saya mampu menghasilkan ide baru yang tidak terpikirkan orang lain.	3,73	0,94
Dalam situasi bencana, saya tetap berlapang dada meski tidak dihormati orang lain	3,85	1,04
Secara fisik, saya merasa kuat dan sehat.	4,05	0,80
Trusting in God and Hopefulness		
Saya menenangkan diri dengan cara berdoa kepada Tuhan.	4,12	0,97
Saya yakin hubungan dengan Tuhan dapat membantu dalam menghadapi situasi bencana	4,27	0,94
Saya yakin Tuhan menyayangi dan melindungi saya pada saat bencana.	4,29	0,89
Saya tertarik mengetahui lebih jauh tentang bahaya bencana.	4,17	1,02
Saya yakin bahwa kesulitan membuat saya lebih kuat.	4,07	0,94
Social Supporting		
Dalam situasi bencana, guru akan membantu kesulitan saya	4,07	0,93
Teman-teman membantu kesulitan saya	3,97	0,95
Dalam situasi bencana saya merasa aman, karena memiliki tetangga dan teman yang perhatian	3,85	0,98
Saya punya keluarga untuk membicarakan masalah saya	3,68	1,04
Saya memiliki orang-orang spesial sebagai tempat berbagi suka dan duka	3,85	0,91

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh remaja memiliki resiliensi yang baik (57,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Septia (2018) terhadap 204 remaja yang tinggal di daerah rawan bencana, bahwa ditemukan 47,5% remaja memiliki resiliensi yang baik. Hasil penelitian Sasmita & Afriyenti (2019) juga menyebutkan

bahwa sekitar 62% remaja memiliki tingkat resiliensi sedang dan 14% memiliki tingkat resiliensi tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja masih memerlukan pengontrolan diri dan emosi agar remaja memiliki resiliensi yang optimal. Pengelolaan emosi dan kontrol diri merupakan kemampuan internal remaja untuk pengembangan aspek positif yang mendukung dan memfasilitasi terbentuknya resiliensi pada remaja (Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015).

Banyak nya remaja yang memiliki resiliensi yang baik dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh faktor usia, dimana sebagian besar remaja yang berkontribusi dalam penelitian ini berada pada rentang usia remaja akhir (17-19 tahun). Nufus & Husna (2017) menyatakan bahwa regulasi emosi yang baik pada korban bencana dapat dipengaruhi oleh usia, dimana semakin tinggi usia maka pengendalian emosi remaja menjadi lebih terkontrol. Hal ini juga sejalan dengan yang diungkapkan oleh Apriyanto & Setyawan (2020), bahwa remaja usia sekolah menengah atas cenderung memiliki kemampuan resiliensi yang baik dan dapat melewati kondisi sulit, seperti situasi bencana.

Hasil penelitian ini juga melihat bentuk resiliensi dimensi *Helping* yang umum dimiliki remaja. Meskipun secara umum resiliensi remaja dimensi helping berada pada kategori baik (54,2%). Bentuk resiliensi yang umum ditunjukkan remaja adalah mampu bekerjasama dalam mengerjakan tugas. Gotberg menjelaskan bahwa karakteristik remaja yang meliputi aspek perasaan, sikap dan keyakinan dalam diri remaja membuat remaja sebagai individu yang peduli. Remaja memiliki rasa kepedulian terhadap orang lain, empati, bertanggung jawab terhadap perilaku, dan percaya diri penuh harap (Indriyani, 2018). Penelitian Mohammadinia et al (2018) mengungkapkan bahwa remaja yang tangguh memiliki keterampilan dalam mendukung serta membantu lingkungan disekitarnya. Mereka juga dapat bekerja sama dengan teman sebaya melalui koordinasi yang tepat dan membantu orang tua dan anak-anak yang lebih muda rentan terkena dampak bencana. Remaja dalam situasi bencana tidak hanya mengendalikan perilaku mereka untuk membantu situasi kembali normal, tetapi juga dengan saling mengingatkan dan mengendalikan orang disekitarnya dan berusaha membawa ketenangan bagi masyarakatnya sendiri (Gartland, 2011). Menurut de Milliano (2015) tingkat empati dan toleransi yang tinggi memengaruhi ketahanan sebagian besar remaja dalam bencana yang dapat meningkatkan kondisi mental dan psikologis yang baik.

Meskipun secara umum remaja memiliki resiliensi helping yang baik, namun dari hasil analisis data dalam penelitian ini juga ditemukan sikap remaja yang ragu-ragu dalam menentukan sikap helping. Seperti pada saat menanggapi pertanyaan tentang membantu anak kecil, rata-rata remaja memberikan respon ragu-ragu atau netral. Begitu juga pada indikator lainnya. Remaja memberikan respon ragu-ragu dalam hal memberi dampak positif pada orang lain pada saat bencana. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Margaretha & Dita (2020) bahwa saat berada dalam kondisi bencana, remaja merasa kosong, khawatir dengan perbedaan kondisi, sulit untuk menerima situasi buruk, atau terisolasi dari teman teman mereka, dan menampilkan perilaku mengambil risiko dari sikap negatif.

Penelitian ini juga menganalisis resiliensi dimensi *Adaptability*. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa lebih dari separuh remaja memiliki resiliensi *adaptability* yang baik (52,5%). Connor Davidson mengungkapkan bahwa kemampuan adaptasi remaja dapat membantu remaja menjalin atau mempertahankan hubungan yang baik dengan orang lain atau teman sebayanya. Remaja mampu menerima secara positif masalah yang sedang dialaminya sehingga tidak mengganggu hubungannya dengan orang lain (Shavika, 2021). Dalam penelitian ini, remaja menyatakan sikap

akan berjuang untuk hidup meskipun apapun yang mereka hadapi pada situasi bencana. Mereka juga mengungkapkan mencintai kehidupan mereka meskipun dalam situasi bencana. Hal ini sejalan dengan yang dinyatakan oleh Masten, bahwa remaja yang memiliki resiliensi baik akan mampu hidup dalam kondisi yang berdampingan antara paparan dan ancaman atau kesulitan serius, dan mereka mampu mencapai adaptasi positif yang berguna untuk menanggapi tantangan saat ini atau masa depan (Gutman, 2016).

Hasil penelitian ini juga melihat resiliensi remaja dari dimensi *Self-Confidence*. Hampir separuh remaja memiliki *self-confidence* yang baik 45,8%, yang artinya remaja memiliki kepercayaan diri kurang baik dalam menghadapi bencana. Deswanda (2019) menyatakan bahwa remaja yang memiliki *self-confidence* yang baik adalah remaja yang memiliki kepercayaan diri dan strategi pemecahan masalah yang baik dalam menghadapi bencana. Komponen ini bersumber dari dalam diri remaja yang mempengaruhi keterampilan sosial dan interpersonal seperti mengungkapkan pendapat atau perasaan, memecahkan masalah, mengatur pola tingkah laku serta mampu berfikir dan berkomunikasi dengan orang lain.

Hasil analisis pada dimensi *Trusting in God and Hopefulness* ditemukan bahwa lebih dari separuh remaja memiliki resiliensi yang baik (62,7%). *Hopefulness* atau harapan merupakan proteksi diri seseorang dalam menghadapi situasi yang tidak menyenangkan (Cathlin et al, 2019). Dalam penelitian ini, rata-rata remaja menyatakan bahwa memiliki dekat dengan Tuhan dapat membantu remaja dalam menghadapi bencana. Penelitian ini didukung oleh pernyataan Mohammadinia et al (2018) remaja yang percaya pada kekuatan ilahi menyebabkan dirinya menjadi penuh harapan dan mengurangi masalah mental mereka, terutama pada saat-saat sulit dan tantangan, seperti dalam bencana. Penelitian lain juga menunjukkan efek dari spiritual pada resiliensi remaja dengan cara berkomunikasi dengan pencipta, ibadah dan doa, dalam budaya dan agama yang berbeda, memiliki efek menenangkan, seperti peningkatan kesehatan mental dan peningkatan toleransi (de Milliano, 2015).

Hasil analisis pada dimensi *Social Supporting*, menunjukkan bahwa lebih dari separuh remaja juga memiliki dukungan sosial yang baik dalam menghadapi bencana (64,4%). Gotberg mengungkapkan bahwa resiliensi remaja dipengaruhi oleh komponen *I Have* (Aku Punya) yaitu komponen yang berhubungan dengan pemaknaan remaja terhadap dukungan yang mereka terima dari lingkungan sekitarnya seperti kepercayaan penuh dalam menjalin hubungan dengan orang lain atau teman, peran di rumah, model peran, dukungan untuk mandiri, akses layanan kesehatan, pendidikan, keamanan dan kesejahteraan (Indriyani, 2018). Dalam penelitian ini, rata-rata remaja mengungkapkan bahwa mereka memiliki tetangga dan teman-teman yang memperhatikannya ketika dalam situasi bencana yang membuat mereka merasa aman. *Social supporting* merupakan salah satu komponen penting dalam meningkatkan resiliensi remaja dalam menghadapi bencana (Jannah & Rohmatun, 2020). *Social supporting* yang diterima remaja dari lingkungan, seperti dorongan semangat, perhatian, penghargaan, bantuan, dan kasih sayang membuat remaja merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai oleh lingkungannya. Perasaan ini dapat mengembangkan sikap positif dan dapat memotivasi remaja untuk bangkit dari kondisi yang tidak menyenangkan (Ruswahyuningsih & Afiatin, 2015). Kapasitas sosial anak antara lain memiliki semangat penerimaan sosial dan kemampuan bekerja dalam kelompok, koordinasi yang lebih baik, minat mengambil peran sosial, dan semangat partisipatif. Partisipasi anak dalam program sosial, terutama pasca bencana, tidak hanya dapat berfungsi sebagai sumber daya manusia untuk membantu memperbaiki kondisi dan mengembalikannya ke keadaan normal lebih cepat, tetapi

juga mencegah anak menjadi pasif dan menarik diri, serta mengingat kembali kenangan buruk akibat bencana (Mohammadinia et al., 2018).

Resiliensi yang baik pada remaja dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan tempat tinggal remaja. Remaja di lokasi penelitian ini adalah lokasi yang pernah mengalami bencana. Individu yang memiliki pengalaman dalam menghadapi bencana memiliki toleransi terhadap efek negatif yang akibat bencana yang dialami berikutnya. Individu yang berpengalaman cenderung bersikap tenang, hati-hati, cepat melakukan koping terhadap stressor dan tetap fokus pada tujuan (Apriyanto & Setyawan (2020).

Framework for Disaster Risk Reduction 2015–2030 (SFDRR) menyarankan bahwa kapasitas remaja harus digunakan dalam program pengurangan risiko bencana (Cumiskey et al., 2015). Anak memiliki kemampuan dan kapasitas untuk mengurangi risiko bencana di masyarakat (Mohammadinia, Khorasani, & Ardalan, 2016). Remaja yang memiliki resiliensi yang baik dapat bertahan dalam situasi sulit dan memiliki pemulihan mental yang cepat. Mereka juga memiliki karakteristik seperti perawatan diri, harga diri, kepercayaan diri, dan memiliki banyak motivasi dan energi ketika melakukan suatu tugas. Mereka mencoba untuk memperbaiki kondisi yang disebabkan oleh bencana dan memiliki pandangan optimis tentang masalah dan mencoba untuk bersikap positif (Mohammadinia, Zavareh, Ebadi & Malekafzali, 2018). Berdasarkan hasil penelitian ini, maka resiliensi remaja dalam menghadapi remaja perlu dikuatkan untuk mencegah masalah kesehatan mental yang dapat ditimbulkan dari dampak psikologis bencana.

SIMPULAN

Hasil penelitian tentang gambaran resiliensi remaja dalam menghadapi bencana gempa bumi dapat disimpulkan bahwa lebih dari separoh remaja yang berada dikawasan pantai memiliki resiliensi yang baik. Resiliensi pada remaja dalam menghadapi bencana merupakan kemampuan remaja untuk bangkit dari keterpurukan. Dimensi *helping*, *adaptability*, *self-confidence*, *trusting in god and hopefulness*, dan *social supporting* dapat membantu remaja untuk bertahan menghadapi bencana. Semakin tangguh remaja menghadapi bencana alam, semakin besar kemungkinan mereka akan mampu beradaptasi dan mengatasi kesulitan atau trauma yang mereka alami.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan limpah terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. Direktorat jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi. Penelitian ini merupakan Hibah Penelitian dengan Skema Penelitian Dosen Pemula.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyenti, N. O. S. & L. U. (2019). Resiliensi Pasca bencana Tsunami. *Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 4(2), 94–101. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v4i22019.94-101>
- Apriyanto, N., & Setyawan, D. (2020). Gambaran Tingkat Resiliensi Masyarakat Desa Sriharjo,

- Imogiri Pasca Banjir. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 3(2), 21–29.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2020). *Data Informasi Bencana Indonesia*.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2022). *Update Bencana Indonesia Tahun 2022*.
- BNPB. (2017). Buku Saku Tanggap Tangkas Tangguh Menghadapi Bencana. *Badan Nasional Penanggulangan Bencana*, 62.
- BNPB. (2021). *Indeks Risiko Bencana Indonesia Tahun 2021* (Vol. 1). Jakarta: Pusat Data, Informasi dan Komunikasi Kebencanaan Badan Nasional Penanggulangan Bencana Hak.
- Cathlin, C. A., Anggreany, Y., & Dewi, W. P. (2019). Pengaruh Harapan Terhadap Resiliensi Wanita Dewasa Muda Yang Pernah Mengalami Abortus Spontan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, (6), 1–13.
- Cumiskey, L., Hoang, T., Suzuki, S., Pettigrew, C., H., & M, M. (2015). Youth participation at the Third UN World Conference on disaster risk reduction. *International Journal of Disaster Risk Science*, 6(2), 150–163.
- de Milliano, C. W. J. (2015). Luctor et emergo, exploring contextual variance in factors that enable adolescent resilience to flooding. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 14, 168–178.
- Dian Oktiari, S. M. (2010). MODEL GEOSPASIAL POTENSI KERENTANAN TSUNAMI KOTA PADANG. *Sub Bidang Mitigasi Gempabumi BMKG*, 140.
- Gartland, D., Bond, L., Olsson, C. A., Buzwell, S., & Sawyer, S. M. (2011). Development of a multi-dimensional measure of resilience in adolescents: The Adolescent Resilience Questionnaire. *BMC Medical Research Methodology*, 11(1), 134.
- Hutagalung, S. S., Prihantika, I., Meiliyana, M., & Atika, D. B. (2019). *Pelatihan Penguatan Resiliensi Siswa Sekolah Menengah Atas dalam Menghadapi Bencana Alam pada SMAN 2 Kotaagung Kabupaten Tanggamus*. 1954–1963.
- ifdil dan taufik. (2012). Urgensi Peningkatan dan Pengembangan Resiliensi Siswa di Sumatera Barat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, XII(2), 115.
<https://doi.org/http://ejournal.unp.ac.id/index.php/pedagogi>
- International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (2022). *What is a Disaster?*
- Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Resiliensi Pada Penyintas Banjir Rob Tambak Lorok. *Proyeksi*, 13(1), 1.
- Leila Mohammadinia, Davoud Khorasani-Zavareh, Abbas Ebadi, H., & Malekafzali, A. A. & M. F. (2018). Characteristics and components of children's and adolescents' resilience in disasters in Iran: a qualitative study. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 13. <https://doi.org/10.1080/17482631.2018.1479584>

- Margaretha & Dita Kencana Sari. (2020). Pertolongan Psikologis Pertama Panduan bagi Relawan Bencana. In *World Health Organization*. Airlangga University Press.
- Mohammadinia, L., Khorasani-Zavareh, D., & Ardalan, A. (2016). Children capacity in disaster risk reduction: A call for action. *Journal of Injury and Violence Research*, 9(1), 69–70.
- Mohammadinia, L., Ebadi, A., Malekafzali, H., Allen, K. A., & Sharif Nia, H. (2019). The design and psychometric evaluation of the Adolescents' Resilience in Disaster Tool (ARDT-Q37): A mixed method study. *Heliyon*, 5(7). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2019.e02019>
- Mudavanhu, C., Manyena, S. B., Collins, A. E., Bongo, P., & Mavhura, E., & Manatsa, D. (2015). Taking children's voices in disaster risk reduction a step forward. *International Journal of Disaster Risk Science*, 6(3), 267–281.
- Nofrion. (2012). KOMUNITAS SIAGA BENCANA BERBASIS MASYARAKAT DI KOTA PADANG. *Jurnal Geografi*, 2(1). <https://doi.org/ISSN 2086-7042>
- Nufus, R., & Husna, C. (2017). Resiliensi masyarakat pasca bencana banjir. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(3), 1–11.
- Ruswahyuningsih, M. C., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada Remaja Jawa (Vol. 1). <https://doi.org/ISSN: 2407-7798>
- Septia, H. (2018). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dan resiliensi remaja korban bencana pacitan*.
- Shavika, A. (2021). *Pengaruh Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Siswa Kelas XII Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lawang*.
- Sutarman Karim. (2011). Geografi Sumatera Barat dan Bencana Alam Gempa Bumi. *Dissertation Abstracts International: Section B: The Sciences and Engineering Seminar Bencana Alam Jurusan GeograJi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Padang*.
- Tonmyr L, Christine Wekerle, M. Z. & B. F. (2011). Childhood Maltreatment, Risk and Resilience. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 9, 343. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11469-011-9344-3>
- Z. Thoyibah, M. Dwidiyanti, M. Mulianingsih, W. Nurmayani, and R. I. W. (2019). Gambaran Dampak Kecemasan dan Gejala Psikologis pada Anak Korban Bencana Gempa Bumi di Lombok. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(1), 31–38. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/hnhs.2.1.2019.31-38>
- Zamrudlah, V. (2016). *Hubungan antara Kepercayaan diri dengan Resiliensi Remaja Panti Asuhan Al-Ikhlas Gondanglegi Kabupaten Malang*. Universitas Negeri Malang.