

GAMBARAN RESILIENSI REMAJA PENYINTAS ALAM LETUSAN GUNUNG SINABUNG

TESIS

OLEH

**SOLVIA KARINA TARIGAN
NPM. 141804035**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2016**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 26/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber

2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)26/8/24

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Medan,



Solvía Karina Tarigan

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat, taufik serta karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul “ **Gambaran Resiliensi Remaja Penyintas Bencana Alam Letusan Gunung Sinabung**”, yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi di Universitas Medan Area.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan tesis ini. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan dengan balasan yang berlimpah ruah.

Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Ir. Hj. Retna Astuti Kuswardani, MS selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
2. Ibu Prof. Dr. Sri Milfayetty, MS. Kons selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi Program Pascasarjana Universitas Medan Area.
3. Ibu Dr. Wiwik Sulistyanungsih, M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang dengan kesabaran, perhatian, ketelitian, serta arahan dalam memberikan bimbingan dan dorongan agar tesis dapat terselesaikan.
4. Bapak Zuhdi Budiman, S.Psi, M.Si, selaku dosen pembimbing II yang dengan kesabaran serta kebesaran hati beliau yang telah memberikan

waktu untuk membimbing serta mengarahkan penulis ditengah-tengah kesibukan beliau sehingga tesis ini dapat diselesaikan.

5. Ibu Muliana BR Surbakti, S.Pd selaku Kepala Sekolah di SMA Negeri 1 Simpang Empat Kab. Karo yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti.
6. Kepada Bapak JK sebagai PKS bidang kurikulum, Bapak IG PKS sarana prasarana, serta para Guru-Guru di SMA Negeri 1 Simpang Empat Kab. Karo yang turut membantu dengan ikhlas memberikan waktunya dalam penelitian ini.
7. Seluruh Siswa SMA Negeri 1 Simpang Empat Kab. Karo khususnya untuk adik-adik kelas IX yang sudah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini
8. Seluruh Staff Pengajar di Magister Psikologi Pasca Sarjana Universitas Medan Area yang selama ini telah membagikan ilmu pengetahuan yang dimilikinya dengan tulus dan ikhlas sehingga menambah wawasan dan pengetahuan penulis.
9. Teruntuk Keluarga penulis khususnya kedua orangtua penulis yakni Bapak Dr. Pendastaren Tarigan, SH, MS dan Ibu Dra. Netty Herawatty Sinulingga. Abang penulis Taufik Hidayat Tarigan, SE, MM. Kakak penulis Vita Cita Emia Tarigan, SH, LLM, CD beserta Abang Ipar Ade Merdeka Syah, SH, MH.
10. Sahabat-sahabat penulis Risdawati Purba, Noni Novika Sari, Gregory Moreno, Rr Ayu Mirmaningtyas, Fatmi Nasution, dan Puspita Sary

Ginting, Dinda Mulya Lubis, Marahalim Harahap, Hendrik Salim, terima kasih sudah menjadi sahabat bagi penulis. Terima kasih untuk kebersamaan, nasihat, semangat, motivasi serta kebersamaan dalam suka maupun duka. Berbagai karakter ada pada kalian, inilah membuat kenangan kita tak kan terlupakan.

11. Teman-teman tersayang penulis “Kacums” (Inge, Liza, Ocy, Mylna, Indah, Ririn, Dania).

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu dalam tesis ini, yang telah memberikan dukungan kepada penulis. Penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan Ibu-Bapak sekalian.

Akhir kata penulis menyadari tesis ini jauh dari sempurna. Semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi rekan-rekan semua.

Medan,

Penulis

Solvía Karina Tarigan

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iv
ABSTRAK	v
BAB I : PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	10
1.3. Rumusan Masalah	11
1.4. Tujuan Penelitian	12
1.5. Manfaat Penelitian	12
BAB II : LANDASAN TEORI	14
2.1. Resiliensi	14
2.1.1. Pengertian Resiliensi	14
2.1.2. Fungsi Resiliensi	16
2.1.3. Aspek-aspek Resiliensi	18
2.1.4. Sumber-sumber Resiliensi	25
2.2. Remaja	28
2.2.1. Pengertian Remaja	28
2.2.2. Karakteristik Remaja	30
2.2.3. Ciri-ciri Remaja	32
2.3. Penyintas Bencana Alam Gunung Sinabung	33
2.3.1. Pengertian Penyintas	33
2.3.2. Pengertian Bencana Alam	34
2.3.3. Bencana Alam Letusan Gunung Sinabung	35

2.4. Resiliensi Remaja Penyintas Bencana	
Letusan Gunung Sinabung	36
2.5. Kerangka Konsep	40
2.6. Penelitian Yang Relevan	41
BAB III : METODE PENELITIAN	43
3.1 Desain Penelitian	43
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	43
3.3 Identifikasi Variabel	44
3.4 Definisi Operasional	44
3.5 Populasi Penelitian	45
3.6 Sampel Penelitian	45
3.7 Teknik Pengambilan Sampel Penelitian	45
3.8 Metode Pengumpulan Data	46
3.9 Prosedur Penelitian	49
3.10 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	50
1. Uji Validitas Alat Ukur	50
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	50
3.11 Metode Analisis Data	51
BAB IV PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN	
PEMBAHASAN.....	54
4.1. Orientasi Kancha dan Persiapan Penelitian	54
4.1.1. Orientasi Kancha	54
4.1.2. Persiapan Penelitian	56
4.1.2.1. Persiapan Adiministrasi	56
4.2. Uji Validitas dan Reliabilitas	59
4.2.1. Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	59
4.2.2 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian	60
4.3. Analisis Data dan Hasil Penelitian	61
4.3.1. Gambaran Subjek	61

4.3.2. Hasil Gambaran Resiliensi	62
4.3.3. Hasil Uji Analisis Faktor Konfirmatori	64
4.4. Pembahasan	74
4.5. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	80
5.1. Simpulan	80
5.2. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA.....	82



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Indonesia adalah negara kepulauan yang secara geografis, geologis, hidrologis, dan demografis, merupakan wilayah yang tergolong rawan bencana. Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana menyebutkan Bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau faktor nonalam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis. (sumber:bnpb.go.id)

Data pada Pusat Penanggulangan Krisis Kesehatan (PPKK) mencatat selama kurun waktu 5 tahun antara tahun 2010 – 2014 jumlah kejadian bencana di Indonesia mencapai 1.907 kejadian bencana, terdiri dari 1.124 bencana alam, 626 bencana non alam dan 157 bencana sosial. Sedangkan untuk tahun 2014 jumlah kejadian bencana sebanyak 456 kejadian, terdiri dari 227 bencana alam (49%), 197 bencana non alam (44%) dan 32 bencana sosial (7%). Kejadian bencana tersebut menimbulkan jumlah korban sebanyak 1.699.247 orang, terdiri dari 957 orang korban meninggal, 1.932 orang luka berat/dirawat inap, 694.305 orang luka ringan/rawat jalan, 391 orang hilang dan 1.001.662 pengungsi.

Salah satu jenis bencana di Indonesia yang sering terjadi akibat faktor alam adalah terjadinya letusan gunung berapi. Letusan gunungapi adalah merupakan bagian dari aktivitas vulkanik yang dikenal dengan istilah "erupsi". Bencana erupsi cukup sering terjadi akhir-akhir ini karena pada dasarnya Indonesia memiliki 129 gunung api aktif atau (sekitar 10% dari jumlah gunung api di seluruh dunia) yang tersebar dari ujung utara Sumatra, Jawa, Nusa Tenggara, Maluku dan Sulawesi Utara (Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana Geologi, 2010).

Dari beberapa jenis gunungapi yang terdapat di Indonesia salah satunya adalah Gunung Sinabung yang terdapat di Kabupaten Karo, Sumatera Utara. Setelah pada tahun 1912 terakhir meletus Gunung Sinabung mengalami erupsi kembali pada 22 Agustus 2010. Letusan ini mengakibatkan Gunung Sinabung berubah status dari tipe B ke Tipe A. pada tanggal 15 September 2013 Gunung Sinabung kembali menunjukkan aktivitas letusan dan sampai sekarang masih terus menunjukkan aktivitas letusan-letusan yang terjadi. (Gema BNPB, 2013).

Dampak dari kejadian erupsi Gunung Sinabung yang terjadi bisa dalam bentuk fisik dan psikis. Pada dampak fisik rusaknya infrastruktur, rumah-rumah masyarakat, gedung sekolah, pusat kesehatan di Desa Sibintun serta kerusakan pada lahan pertanian dan perkebunan akibat dari terkena dampak letusan Gunung Sinabung berupa leleran lava, aliran awan panas, serta aliran lahar dingin. Akibatnya, masyarakat yang tinggal disekitaran lereng Gunung Sinabung harus berpindah tempat atau mengungsi. Penyintas yang berasal dari

daerah yang berada disekitar Gunung Sinabung yang berjumlah sekitar 15.281 Jiwa mengungsi dari daerah asal mereka. Jumlah ini lebih besar dari letusan yang terjadi pada tahun 2010 yang sebelumnya. Jumlah penyintas ini tersebar di 24 titik pengungsian, yang akhirnya difokuskan di 16 titik (Retnaningsih, 2013).

Selain dampak fisik yang terjadi berupa kerusakan-kerusakan yang timbul, ada juga dampak psikis yang berkaitan dengan kondisi kejiwaan terjadi akibat Gempa letusan Gunung Sinabung. Kehilangan harta benda dan kesedihan mendalam pastinya dirasakan oleh korban bencana. Akan tetapi, kondisi penyikapan dari para korban berbeda. Dampak psikologis ini akan mempengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku korban bencana dalam menjalani kehidupan sehari-harinya setelah mengalami bencana. Pengaruh ini dapat berlangsung dalam waktu singkat maupun lama, bahkan hingga seumur hidup.

Sebagian besar kelompok rentan pada pengungsi erupsi Gunung Sinabung merasakan dampak psikologis yang sangat kuat dari bencana tersebut. Status gunung yang tidak stabil dan menjadikan mereka tinggal lebih lama di pengungsian membuat mereka bosan dan mengalami perubahan keadaan psikologis. Selain itu mereka juga cukup kaget dengan perubahan drastis yang ada. Gunung Sinabung yang sudah pernah menunjukkan gejala aman tetapi kembali terdengar aktivitasnya secara tiba-tiba meletus lagi padahal mereka tidak memiliki persiapan apapun. Secara langsung atau tidak langsung, tingkah

laku, cara berpikir, dan ekspresi emosi individu dibentuk oleh kebiasaan dan tradisi sosial budaya yang ada.

Bagi para penyintas bencana Gunung Sinabung aktivitas yang terus menerus menimpa mereka ini menjadi tekanan bagi mereka. Namun yang membedakan antara para penyintas bencana Gunung Sinabung antara satu dan lainnya adalah pada keberhasilan para penyintas bencana dalam beradaptasi dengan tekanan-tekanan yang terjadi. Bagi individu yang mampu beradaptasi dengan baik, mereka akan menghasilkan performa-performa yang positif dalam hidupnya, sebaliknya bagi individu yang kurang mampu beradaptasi mereka akan tetap berada dalam kondisi tidak menyenangkan tersebut. Istilah yang menggambarkan kualitas pribadi yang memungkinkan individu dan komunitasnya untuk tumbuh walaupun berada dalam ketidakberuntungan disebut resiliensi (Connor, 2006).

Suatu peristiwa ekstrim mengakibatkan luka parah baik secara fisik maupun emosi merupakan karakteristik peristiwa yang berpotensi menjadi peristiwa traumatik. Peristiwa ini umumnya terjadi secara tiba-tiba, tidak diharapkan dan memerlukan waktu untuk menyesuaikan atau mengatasinya (Smith dkk, 2003).

Menurut Winter (1997) mengenai teori Allport Psychology bahwa perasaan, pikiran, dan tingkah laku seseorang dipengaruhi kehadiran orang lain yang secara nyata dan imajinatif maupun tersirat. Ketika bencana terjadi kemungkinan kehilangan ini yang akan mempengaruhi psikologis. Keadaan

tersebut secara jelas menggambarkan bahwa manusia tidak dapat lepas dari kehadiran yang lainnya atau lingkungan sosial. Dampak dari bencana menyentuh semua aspek kehidupan masyarakat. Salah satu perubahan besar yaitu kehilangan kehidupan yang teratur. Keadaan kehilangan ini memaksa korban untuk beradaptasi secara cepat dengan lingkungan baru dan memungkinkan munculnya stress karena tekanan yang datang terus-menerus.

Individu dan komunitas yang tinggal dalam wilayah bencana dan terkena dampak bencana tersebut langsung terposisikan sebagai korban, namun individu yang selamat dalam bencana tersebut langsung ditantang untuk tetap *survive* dalam menjalani hidup pasca bencana. Individu-individu tersebut adalah penyintas, bukan hanya korban. Penyintas dapat laki-laki ataupun perempuan, baru menikah, orang hamil, usia bayi, anak, remaja, pemuda, orang dewasa, tengah baya, pasangan bersangkar kosong, masa matang, ataupun usia lanjut (Wiryasaputra, dalam Marpaung, 2015).

Bagi sebagian korban yang selamat (penyintas) menerima kenyataan bahwa dirinya telah kehilangan banyak hal akibat erupsi Gunung Sinabung adalah hal yang sulit dilakukan, meskipun terasa lebih ringan karena bencana ini melanda banyak orang, namun perubahan yang sangat mendadak dan berkaitan dengan kehidupan selanjutnya sangat sulit diterima oleh penyintas bencana alam Gunung Sinabung. Semakin luas, dahsyat, ganas, kompleks, dan tragis suatu bencana, semakin dalam pula tingkat kehilangan, kedukaan, dan

goncangan batin yang dirasakan oleh para penyintas (Wiryasaputra, dalam Marpaung, 2015).

Reaksi dari munculnya stress karena tekanan yang datang terus menerus yang kerap dijumpai pada penyintas bencana adalah depresi. Sebenarnya depresi merupakan jenis gangguan mental yang umum terjadi di masyarakat dan dapat menyerang semua golongan umur, baik anak-anak, remaja, dewasa hingga usia lanjut. Simtom depresi yang ringan merupakan hal yang normal dilakukan kehidupan sehari-hari, terutama saat individu mengalami stress atau masalah. Akan tetapi depresi dapat menjadi gangguan bila simtom depresi menjadi parah sehingga mengganggu fungsi normal individu. Penelitian menunjukkan gangguan depresi sering dijumpai pada penyintas bencana alam (Smith dkk, 2003).

Para ahli psikologi perkembangan sepakat bahwa masa remaja, merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa merupakan masa yang penuh dengan tekanan bagi sebagian individu. Istilah *storm and stress* dapat menggambarkan bahwa perubahan yang pesat dari segi fisik, psikis dan social pada masa remaja banyak membawa tekanan pada remaja. Dengan demikian tekanan yang dialami oleh remaja penyintas bencana akan menjadi lebih berat. Disatu sisi mereka harus berkembang mengikuti tahap-tahap perkembangan yang pasti dilalui oleh semua individu (*the normative life development*), tetapi di sisi lain mereka juga dituntut untuk belajar mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian menekan yang spesifik

yang hanya dialami oleh sebagian individu, yaitu tekanan akibat bencana yang dihadapinya. Oleh beberapa ahli perkembangan kejadian ini disebut *non normative stressful life events* (Gore & Corten dalam Retnowati, 1990).

Bagi individu yang mampu beradaptasi dengan baik, mereka akan menghasilkan performa-performa positif dalam hidupnya, sebaliknya individu yang kurang mampu beradaptasi mereka akan tetap berada dalam kondisi tidak menyenangkan tersebut. Istilah yang menggambarkan kualitas pribadi yang memungkinkan individu untuk tumbuh walaupun berada dalam ketidakberuntungan disebut resiliensi (Connor, 2006).

Menurut Tugade & Frederickson (2005) setiap orang membutuhkan resiliensi, yaitu suatu kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat, karena satu hal yang harus kita ingat bahwa hidup penuh dengan rintangan dan cobaan. Faktanya, orang yang paling resilien mencari pengalaman baru dan menantang karena mereka telah mempelajari bahwa hanya melalui perjuangan, dengan memaksa diri mereka sendiri ke batas yang paling maksimal, maka mereka akan menambah batasan hidup mereka sendiri (Reivich & Shatte, 2002). Menurut Grotberg (1999), resilien begitu penting karena merupakan kemampuan dasar manusia untuk berhadapan, mengatasi, mencegah kondisi yang tidak menyenangkan yang menimpa yang kemudian hari dapat semakin lebih kuat, atau berubah menjadi lebih baik (dalam Pizzolongo & Hunter, 2011).

Resiliensi dimiliki oleh semua orang termasuk remaja. Remaja yang resilien dicirikan sebagai individu yang memiliki kompetensi secara sosial, dengan ketrampilan-ketrampilan hidup seperti: pemecahan masalah, berpikir kritis, kemampuan mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa depan yang positif bagi dirinya sendiri. Umumnya mereka yang resilien terdorong untuk mengatasi keterbatasan mereka. Setiap keterbatasan yang dimilikinya menantang kemampuan remaja untuk menghadapi, mengatasi, belajar serta mengubahnya (Gortberg, 1999).

Remaja menggunakan berbagai macam pilihan, Untuk mengatasi trauma yang dialaminya. Ada remaja yang mampu bertahan kemudian pulih dari situasi traumatis tersebut secara efektif, namun ada pula remaja lain yang gagal karena tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menguntungkan. Tugade & Fredrikson (dalam Rezki Rahayu, 2008) mengungkapkan kemampuan untuk melanjutkan hidup setelah mengalami hal yang tidak menyenangkan menggambarkan adanya kemampuan tertentu pada diri individu yang dikenal dengan istilah resiliensi.

Untuk dapat mengkategorikan anak sebagai remaja yang resilien sebelumnya terdapat dua kriteria yang harus dipenuhi. Pertama, terdapat sebuah keadaan yang merupakan ancaman atau sifatnya berbahaya bagi individu tersebut seperti cacat, kekerasan, kemiskinan, bencana alam, dan sebagainya. Kedua, individu memiliki kemampuan untuk menyesuaikan

dirinya dengan keadaan tidak menyenangkan tersebut dengan baik (Ibeagha dkk, 2004).

Remaja penyintas letusan Gunung Sinabung sama dengan remaja penyintas bencana lainnya. Mereka mengalami situasi dan kondisi yang sangat kompleks, baik secara fisik maupun psikis. Rusak dan hilangnya lingkungan tempat tinggal mereka karena merupakan kawasan rawan bencana atau yang disebut dengan zona merah (Marjono, 2010). Hal ini yang menyebabkan mereka tidak bisa tinggal di daerah tempat tinggal mereka sehingga harus berada di pengungsian. Tiga Desa yang letaknya paling dekat dengan Gunung Sinabung dan yang paling berdampak yaitu Desa Simacem, Bakerah dan Suka Meriah.

Salah satu remaja yang menjadi penyintas bencana Sinabung yang ditemui adalah Erni, remaja perempuan berusia 15 tahun yang berasal dari Desa Sibintun, yang berada di radius 5 km Gunung Sinabung yang mana para penduduknya tidak dapat kembali lagi ke desa mereka karena sudah tertimbun material yang berasal dari Letusan Gunung Sinabung yang sampai dengan hari ini masih mengalami aktivitas erupsi.

“sangat tidak enaklah tinggal dipengungsian, apalagi sudah lama kami disini. Tadinya kami selalu sedih melihat keadaan kami yang seperti ini sedangkan orang dari desa lain tidak kena. Rumah kami hancur, sekolah kami rusak, jadinya kami ngungsi tinggal disini dan lagipun kalau sekolah kami numpang, belajarnya pun jadi gak enak karena siang-siang. Tapi kami tetap sekolah walaupun begitu keadaannya. karena lama-lama udah terbiasa. Mudah-mudahan Gunungnya gak meletus lagi”.

(komunikasi personal, 20 Januari 2016)

Uraian diatas menunjukkan bahwa remaja penyintas letusan Gunung Sinabung memiliki kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan yang mereka alami. Hal ini sejalan dengan pendapat Block (Papalia, 2001) resiliensi dikonseptualisasikan sebagai salah satu tipe kepribadian dengan ciri-ciri, kemampuan penyesuaian yang baik, percaya diri, mandiri, pandai berbicara, penuh perhatian, suka membantu dan berpusat pada tugas. Resiliensi tidak dilihat sebagai atribut yang pasti atau keluaran yang spesifik namun sebaliknya sebagai sebuah proses dinamis yang berkembang sepanjang waktu (Everall, et al.,2006).

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dilihat bahwa sebuah bencana alam yang terjadi dapat menimbulkan berbagai dampak baik secara fisik maupun secara psikis. Dampak fisik yang terjadi dapat menyebabkan masyarakat yang tinggal disekitar area Gunung Sinabung untuk meninggalkan daerah tempat tinggal mereka ada juga dampak psikis yang timbul akibat bencana letusan Gunung Sinabung yang sudah terjadi beberapa tahun belakangan dan masih terjadi sampai dengan hari ini.

Para penyintas bencana letusan Gunung Sinabung mengalami dampak psikologis yang dapat mempengaruhi pikiran, emosi, dan perilaku penyintas bencana dalam menjalani kehidupan sehari-harinya setelah mengalami bencana. Pengaruh ini dapat berlangsung dalam waktu singkat maupun lama, bahkan hingga seumur hidup. Sebagian besar kelompok rentan pada pengungsi erupsi

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 26/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area
Access From (repository.umfa.ac.id)26/8/24

Gunung Sinabung merasakan dampak psikologis yang sangat kuat dari bencana tersebut. Status gunung yang tidak stabil dan menjadikan mereka tinggal lebih lama di pengungsian akan mempengaruhi keadaan psikologis mereka.

Kemampuan bertahan pada keadaan yang tidak menyenangkan setiap individu berbeda-beda. Remaja menggunakan berbagai macam pilihan, untuk mengatasi trauma yang dialaminya. Ada remaja yang mampu bertahan kemudian pulih dari situasi traumatis tersebut secara efektif, namun ada pula remaja lain yang gagal karena tidak berhasil keluar dari situasi yang tidak menguntungkan.

Menurut Vijayakumar, dkk (dalam Oktaviani 2012), anak-anak dan remaja lebih rentan dibandingkan orang dewasa dan menerima dampak yang paling berat dari kejadian traumatis, karena mereka akan merasakan *"helplessness and passivity lack of usual responsiveness, generalized fear, heightened arousal and confusion"*. Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk meneliti resiliensi remaja penyintas bencana letusan Gunung Sinabung.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Bagaimana gambaran resiliensi remaja penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung dilihat dari aspek-aspek resiliensi yaitu Regulasi Emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, pencapaian ?

2. Seberapa besarkah determinasi dari tujuh aspek dalam pembentukan resiliensi ?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Untuk memperoleh gambaran resiliensi remaja penyintas bencana letusan Gunung Sinabung.
2. Untuk memperoleh gambaran besarnya determinasi dari tujuh aspek dalam pembentukan resiliensi

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana pengembangan Ilmu dalam bidang Psikologi Pendidikan khususnya dalam bidang Psikologi Bencana.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi kepada masyarakat khususnya orangtua untuk mengetahui dampak letusan Gunung Sinabung terhadap kemampuan bertahan menghadapi peristiwa yang dapat mempengaruhi perkembangan anak khususnya remaja.

2. Bagi pihak Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi pihak sekolah sebagai informasi untuk dapat meningkatkan pemahaman mengenai resiliensi, sehingga dapat memberikan pengetahuan yang bisa meningkatkan ketrampilan untuk menunjang kemampuan resiliensi remaja dalam menghadapi dampak letusan Gunung Sinabung.

3. Bagi Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi Pemerintah sebagai informasi untuk mengetahui tentang resiliensi pada remaja penyintas Letusan Gunung Sinabung, sehingga dapat membuat suatu program untuk penanggulangan dampak bencana dalam segi psikis.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Resiliensi

2.1.1. Pengertian Resiliensi

Kata resiliensi sendiri berasal dari bahasa latin abad pertengahan *'resilire'* yang berarti 'kembali'. Dalam bahasa inggris, kata *'resiliency'* atau *'resilient'* biasa digunakan untuk menyebutkan suatu kondisi seseorang yang berhasil kembali dari kondisi terpuruk. Jika dilihat dari asal dan makna kata, maka resiliensi secara umum dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk kembali pada kondisi semula ketika menghadapi tantangan atau kondisi yang terpuruk (Putrantie, 2008).

Menurut Reivich dan Shatte yang dituangkan dalam bukunya "The Resiliency Factor" menjelaskan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich & Shatte, 2002).

Menurut Jackson (2002) resiliensi adalah kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan baik meskipun dihadapkan dengan keadaan yang sulit. Dalam ilmu perkembangan manusia, resiliensi memiliki makna yang luas dan beragam, mencakup kepulihan dari masa traumatik, mengatasi kegagalan dalam hidup, dan menahan stres agar dapat berfungsi dengan baik dalam

mengerjakan tugas sehari-hari. Dan yang paling utama, resiliensi itu berarti pola adaptasi yang positif atau menunjukkan perkembangan dalam situasi sulit (Masten & Gewirtz, 2006).

Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Siebert (2005) dalam bukunya *The Resiliency Advantage* memaparkan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Menurut Grotberg (1999) resiliensi adalah kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, dan menjadi kuat atas kesulitan yang dialaminya. Grotberg mengatakan bahwa resiliensi bukanlah hal magic dan tidak hanya ditemui pada orang-orang tertentu saja dan bukan pemberian dari sumber yang tidak diketahui.

Dari berbagai pengertian resiliensi yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baik.

2.1.2. Fungsi Resiliensi

Penelitian tentang resiliensi hanya mencakup bidang yang kecil dan digunakan oleh beberapa profesional seperti psikolog, psikiater, dan sosiolog.

Sebuah penelitian telah menyatakan bahwa manusia dapat menggunakan resiliensi untuk hal-hal berikut ini (dalam Reivich & Shatte, 2002):

a. *Overcoming*

Dalam kehidupan terkadang manusia menemui kesengsaraan, masalah-masalah yang menimbulkan stres yang tidak dapat untuk dihindari. Oleh karenanya manusia membutuhkan resiliensi untuk menghindar dari kerugian-kerugian yang menjadi akibat dari hal-hal yang tidak menguntungkan tersebut. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menganalisa dan mengubah cara pandang menjadi lebih positif dan meningkatkan kemampuan untuk mengontrol kehidupan kita sendiri. Sehingga, kita dapat tetap merasa termotivasi, produktif, terlibat, dan bahagia meskipun dihadapkan pada berbagai tekanan di dalam kehidupan.

b. *Steering through*

Setiap orang membutuhkan resiliensi untuk menghadapi setiap masalah, tekanan, dan setiap konflik yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Orang yang resilien akan menggunakan sumber dari dalam dirinya sendiri untuk mengatasi setiap masalah yang ada, tanpa harus merasa terbebani dan bersikap negatif terhadap kejadian tersebut. Orang yang resilien dapat memandu serta mengendalikan dirinya dalam menghadapi masalah sepanjang perjalanan

hidupnya. Penelitian menunjukkan bahwa unsur esensi dari *steering through* dalam stres yang bersifat kronis adalah *self-efficacy* yaitu keyakinan terhadap diri sendiri bahwa kita dapat menguasai lingkungan secara efektif dapat memecahkan berbagai masalah yang muncul.

c. *Bouncing back*

Beberapa kejadian merupakan hal yang bersifat traumatik dan menimbulkan tingkat stres yang tinggi, sehingga diperlukan resiliensi yang lebih tinggi dalam menghadapi dan mengendalikan diri sendiri. Kemunduran yang dirasakan biasanya begitu ekstrim, menguras secara emosional, dan membutuhkan resiliensi dengan cara bertahap untuk menyembuhkan diri.

Orang yang resiliensi biasanya menghadapi trauma dengan tiga karakteristik untuk menyembuhkan diri. Mereka menunjukkan *task-oriented coping style* dimana mereka melakukan tindakan yang bertujuan untuk mengatasi kemalangan tersebut, mereka mempunyai keyakinan kuat bahwa mereka dapat mengontrol hasil dari kehidupan mereka, dan orang yang mampu kembali ke kehidupan normal lebih cepat dari trauma mengetahui bagaimana berhubungan dengan orang lain sebagai cara untuk mengatasi pengalaman yang mereka rasakan.

d. *Reaching out*

Resiliensi, selain berguna untuk mengatasi pengalaman negatif, stres, atau menyembuhkan diri dari trauma, juga berguna untuk mendapatkan pengalaman hidup yang lebih kaya dan bermakna serta berkomitmen dalam mengejar pembelajaran dan pengalaman baru. Orang yang berkarakteristik

seperti ini melakukan tiga hal dengan baik, yaitu: tepat dalam memperkirakan risiko yang terjadi; mengetahui dengan baik diri mereka sendiri; dan menemukan makna dan tujuan dalam kehidupan mereka.

2.1.3. Aspek-aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002), memaparkan tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut :

a. Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*)

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan (Reivich & Shatte, 2002). Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Hal ini bisa disebabkan oleh berbagai macam faktor, di antara alasan yang sederhana adalah tidak ada orang yang mau menghabiskan waktu bersama orang yang marah, merengut, cemas, khawatir serta gelisah setiap saat. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain. Semakin kita terasosiasi dengan kemarahan maka kita akan semakin menjadi seorang yang pemarah (Reivich & Shatte, 2002).

Tidak semua emosi yang dirasakan oleh individu harus dikontrol. Tidak semua emosi marah, sedih, gelisah dan rasa bersalah harus diminimalisir. Hal ini dikarenakan mengekspresikan emosi yang kita rasakan baik emosi positif maupun negatif merupakan hal yang konstruktif dan sehat. bahkan kemampuan untuk mengekspresikan emosi secara tepat merupakan bagian dari resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

Reivich dan Shatte (2002), mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu yaitu tenang (*calming*) dan fokus (*focusing*). Dua buah keterampilan ini akan membantu individu untuk mengontrol emosi yang tidak terkendali, menjaga fokus pikiran individu ketika banyak hal-hal yang mengganggu, serta mengurangi stres yang dialami oleh individu.

b. Pengendalian Impuls (*Impulse Control*)

Pada tahun 1970, Goleman (dalam Reivich & Shatte, 2002), penulis dari *Emotional Intelligence*, melakukan penelitian terkait kemampuan individu dalam pengendalian impuls. Penelitian dilakukan terhadap 7 orang anak kecil yang berusia sekitar 7 tahun. Dalam penelitian tersebut anak-anak tersebut masing-masing ditempatkan pada ruangan yang berbeda. Pada masing-masing ruangan tersebut telah terdapat peneliti yang menemani anak-anak tersebut. Masing-masing peneliti telah diatur untuk meninggalkan ruangan tersebut untuk beberapa selang waktu. Sebelum peneliti pergi, masing-masing anak diberikan sebuah marshmallow untuk dimakan oleh mereka. Namun peneliti juga menawarkan apabila mereka dapat menahan untuk tidak memakan marshmallow tersebut sampai peneliti kembali ke ruangan, maka mereka akan mendapatkan satu buah marshmallow lagi.

Setelah sepuluh tahun, peneliti melacak kembali keberadaan anak-anak tersebut dan terbukti bahwa anak-anak yang dapat menahan untuk tidak memakan Marshmallow, memiliki kemampuan akademis dan sosialisasi yang

lebih baik dibandingkan anak-anak yang sebaliknya (Goleman dalam Reivich & Shatte, 2002).

Pengendalian impuls adalah kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Mereka menampilkan perilaku mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan berlaku agresif. Tentunya perilaku yang ditampakkan ini akan membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman sehingga berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan orang lain.

Individu dapat mengendalikan impulsivitas dengan mencegah terjadinya kesalahan pemikiran, sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada permasalahan yang ada. Menurut Reivich dan Shatte (2002), pencegahan dapat dilakukan dengan dengan menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatan terhadap pemecahan masalah. Individu dapat melakukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat rasional yang ditujukan kepada dirinya sendiri, seperti 'apakah penyimpulan terhadap masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau hanya menebak?', 'apakah saya sudah melihat permasalahan secara keseluruhan?', 'apakah manfaat dari semua ini?', dll.

Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang ia miliki. Seorang individu yang memiliki skor *Resilience Quotient* yang tinggi pada faktor regulasi emosi

cenderung memiliki skor Resilience Quotient pada faktor pengendalian impuls (Reivich & Shatte, 2002).

c. Optimisme (*Optimism*)

Individu yang resilien adalah individu yang optimis, optimisme adalah ketika kita melihat bahwa masa depan kita cemerlang (Reivich & Shatte, 2002). Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga merefleksikan *self-efficacy* yang dimiliki oleh seseorang, yaitu kepercayaan individu bahwa ia mampu menyelesaikan permasalahan yang ada dan mengendalikan hidupnya. Optimisme akan menjadi hal yang sangat bermanfaat untuk individu bila diiringi dengan *self-efficacy*, hal ini dikarenakan dengan optimisme yang ada seorang individu terus didorong untuk menemukan solusi permasalahan dan terus bekerja keras demi kondisi yang lebih baik (Reivich & Shatte, 2002).

Tentunya optimisme yang dimaksud adalah optimisme yang realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah kepercayaan akan terwujudnya masa depan yang lebih baik dengan diiringi segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *unrealistic optimism* dimana kepercayaan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan untuk mewujudkannya. Perpaduan antara optimisme yang realistis dan *self-efficacy* adalah kunci resiliensi dan kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

d. Analisis Kausal (*Causal Analysis*)

Causal analysis merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi. Individu yang tidak mampu mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang mereka hadapi secara tepat, akan terus menerus berbuat kesalahan yang sama.

Seligman (dalam Reivich & Shatte, 2002) mengidentifikasi gaya berpikir explanatory yang erat kaitannya dengan kemampuan *causal analysis* yang dimiliki individu. Gaya berpikir explanatory dapat dibagi dalam tiga dimensi: personal (saya-bukan saya), permanen (selalu-tidak selalu), dan pervasive (semua-tidak semua).

Individu dengan gaya berpikir “Saya-Selalu-Semua” merefleksikan keyakinan bahwa penyebab permasalahan berasal dari individu tersebut (Saya), hal ini selalu terjadi dan permasalahan yang ada tidak dapat diubah (Selalu), serta permasalahan yang ada akan mempengaruhi seluruh aspek hidupnya (Semua). Sementara individu yang memiliki gaya berpikir “Bukan Saya-Tidak Selalu-Tidak semua” meyakini bahwa permasalahan yang terjadi disebabkan oleh orang lain (Bukan Saya), dimana kondisi tersebut masih memungkinkan untuk diubah (Tidak Selalu) dan permasalahan yang ada tidak akan mempengaruhi sebagian besar hidupnya (Tidak semua).

Gaya berpikir explanatory memegang peranan penting dalam konsep resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Individu yang terfokus pada “Selalu-Semua” tidak mampu melihat jalan keluar dari permasalahan yang mereka

hadapi. Sebaliknya individu yang cenderung menggunakan gaya berpikir “Tidak selalu-Tidak semua” dapat merumuskan solusi dan tindakan yang akan mereka lakukan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

Individu yang resilien adalah individu yang memiliki fleksibilitas kognitif. Mereka mampu mengidentifikasi semua penyebab yang menyebabkan kemalangan yang menimpa mereka, tanpa terjebak pada salah satu gaya berpikir explanatory. Mereka tidak mengabaikan faktor permanen maupun pervasif. Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat demi menjaga self-esteem mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada di luar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan (Reivich & Shatte, 2002).

e. Empati (*Empathy*)

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain (Reivich & Shatte, 2005). Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup mahir dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang dipikirkan dan dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif (Reivich & Shatte, 2002).

Ketidakkemampuan berempati berpotensi menimbulkan kesulitan dalam hubungan sosial. Individu-individu yang tidak membangun kemampuan untuk peka terhadap tanda-tanda nonverbal tersebut tidak mampu untuk menempatkan dirinya pada posisi orang lain, merasakan apa yang dirasakan orang lain dan memperkirakan maksud dari orang lain (Reivich & Shatte, 2002).

f. Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)

Self-efficacy adalah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil. *Self-efficacy* merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa kita mampu memecahkan masalah yang kita alami dan mencapai kesuksesan. *Self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi (Reivich & Shatte, 2002).

g. Pencapaian (*Reaching Out*)

Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, bahwa resiliensi lebih dari sekedar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu resiliensi juga merupakan kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa (Reivich & Shatte, 2002).

Banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*, hal ini dikarenakan mereka telah diajarkan sejak kecil untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang lebih memilih memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus berhadapan dengan resiko kegagalan hidup dan hinaan masyarakat. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk

berlebih-lebihan (*overestimate*) dalam mem andang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang. Individu-individu ini memiliki rasa ketakutan untuk mengoptimalkan kemampuan mereka hingga batas akhir.

2.1.4. Sumber-sumber Resiliensi

Menurut Grotberg (1999) ada tiga sumber dari resiliensi yaitu sebagai berikut :

a. Saya Punya (*I Have*)

Saya Punya (*I Have*) merupakan dukungan dari lingkungan di sekitar individu. Dukungan ini berupa hubungan yang baik dengan keluarga, lingkungan sekolah yang menyenangkan, ataupun hubungan dengan orang lain diluar keluarga. Melalui *I Have*, seseorang merasa memiliki hubungan yang penuh kepercayaan. Hubungan seperti ini diperoleh dari orang tua, anggota keluarga lain, guru, dan teman-teman yang mencintai dan menerima diri anak tersebut.

Individu yang resilien juga mempunyai struktur dan aturan di dalam rumah yang ditetapkan oleh orang tua mereka. Para orang tua berharap bahwa anak-anak dapat mematuhi semua peraturan yang ada. Anak-anak juga akan menerima konsekuensi dari setiap tindakan yang mereka lakukan dalam menjalani aturan tersebut. Ketika mereka melanggar aturan, mereka butuh seseorang untuk memeberi tahu kesalahan yang mereka perbuat dan jika perlu menerapkan hukuman.

Individu yang resilien juga memperoleh dukungan untuk mandiri dan dapat mengambil keputusan berdasarkan pemikiran serta inisiatifnya sendiri.

Dukungan yang diberikan oleh orangtua ataupun anggota keluarga lainnya akan sangat membantu dalam membentuk sikap mandiri dalam diri seseorang. Orangtua akan mendukung serta melatih anak untuk dapat berinisiatif dan “berkuasa” atas dirinya sendiri untuk mengambil keputusan tanpa harus bergantung pada orang lain.

Individu yang resilien juga akan mendapatkan jaminan kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan serta keamanan dari orangtua sehingga hal ini akan membantu mereka untuk mengembangkan rasa percaya diri dalam diri anak.

b. Saya Ini (*I Am*)

Saya Ini (*I Am*), merupakan kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang, kekuatan tersebut meliputi perasaan, tingkah laku, dan kepercayaan yang ada dalam dirinya. Individu yang resilien merasa bahwa mereka mempunyai karakteristik yang menarik dan penyayang sesama. Hal tersebut ditandai dengan usaha mereka untuk selalu dicintai dan mencintai orang lain. Mereka juga sensitif terhadap perasaan orang lain dan mengerti yang diharapkan orang lain terhadap dirinya.

Mereka juga merasa bahwa mereka memiliki empati dan sikap kepedulian yang tinggi terhadap sesama. Perasaan itu mereka tunjukkan melalui sikap peduli mereka terhadap peristiwa yang terjadi pada orang lain. Mereka juga merasakan ketidaknyamanan dan penderitaan yang dirasakan oleh orang lain dan berusaha membantu untuk mengatasi masalah yang terjadi.

Individu yang resilien juga merasakan kebanggaan akan diri mereka sendiri. Mereka bangga terhadap apa yang telah mereka capai. Ketika mereka mendapatkan masalah atau kesulitan, rasa percaya dan harga diri yang tinggi akan membantu mereka dalam mengatasi kesulitan tersebut. Mereka merasa mandiri dan cukup bertanggungjawab. Mereka dapat melakukan banyak hal dengan kemampuan mereka sendiri. Mereka juga bertanggungjawab atas pekerjaan yang telah mereka lakukan serta berani menanggung segala konsekuensinya.

Selain itu mereka juga diliputi akan harapan dan kesetiaan. Mereka percaya bahwa akan memperoleh masa depan yang baik. Mereka memiliki kepercayaan dan kesetiaan dalam moralitas dan ke-Tuhan-an mereka.

c. Saya Bisa (*I Can*)

Saya Bisa (*I Can*) merupakan kemampuan anak untuk melakukan hubungan sosial dan interpersonal. Mereka dapat belajar kemampuan ini melalui interaksinya dengan semua orang yang ada disekitar mereka. Individu tersebut juga memiliki kemampuan untuk berkomunikasi serta memecahkan masalah dengan baik. Mereka mampu mengekspresikan pikiran dan perasaan mereka dengan baik.

Kemampuan untuk mengendalikan perasaan dan dorongan dalam hati juga dimiliki oleh individu yang resilien. Mereka mampu menyadari perasaan mereka dan mengekspresikannya dalam kata-kata dan perilaku yang tidak mengancam perasaan dan hak orang lain. Mereka juga mampu mengendalikan

dorongan untuk memukul, melarikan diri dari masalah, atau melampiaskan keinginan mereka pada hal-hal yang tidak baik.

Mereka juga dapat memahami karakteristik dirinya sendiri dan orang lain. Ini membantu individu untuk mengetahui seberapa banyak waktu yang diperlukan untuk berkomunikasi, dan seberapa banyak ia dapat menangani berbagai macam situasi. Selain itu, individu yang resilien juga dapat menemukan seseorang untuk meminta bantuan, untuk menceritakan perasaan dan masalah, serta mencari cara untuk menyelesaikan masalah pribadi dan interpersonal.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baik yang memiliki fungsi yaitu *Overcoming, steering through, bouncing back, reaching out*. Resiliensi memiliki Aspek regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, pencapaian, serta yang menjadi sumber-sumber resiliensi adalah saya punya, saya ini, dan saya bisa.

2.2. REMAJA

2.2.1. Pengertian Remaja

Istilah remaja atau adolescence berasal dari kata latin adolescere yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah tersebut mempunyai

arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1999).

Masa remaja adalah masa yang menunjukkan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju ke masa selanjutnya yaitu masa dewasa. Pada masa remaja ini terjadi perkembangan-perkembangan seperti perkembangan fisik, psikologis, sosial, dan secara moral. Menurut Hall (Mussen, 1994), masa remaja merupakan masa topan badai, di mana pada masa tersebut timbul gejolak dalam diri akibat pertentangan nilai-nilai akibat kebudayaan yang makin modern.

Batasan usia untuk remaja (*adolescence*) menurut Hall antar usia 12-25 tahun (Sarwono, 2002). Menurut Monks, remaja adalah suatu masa peralihan antara masa remaja dan masa dewasa. Fase masa remaja secara global berlangsung antara usia 12-21 tahun, dengan pembagian 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun masa remaja pertengahan, 18-21 tahun masa remaja akhir (Monks, 2001).

Batasan usia remaja menurut WHO adalah 10-20 tahun, hal ini di dasarkan atas kesehatan remaja yang mana kehamilan pada usia-usia tersebut memang mempunyai resiko yang lebih tinggi daripada kehamilan dalam usia-usia diatasnya (Sarwono, 2002).

Dari uraian diatas dapat disimpulkan remaja adalah individu yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dalam rentangannya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan

pada aspek fisik, psikologis, kognisi, dan sosialnya. Sedangkan, rentang usia pada masa remaja tersebut adalah antara 12-21 tahun.

2.2.2. Karakteristik Remaja

Sesuai dengan pembagian usia remaja menurut Monks, Knoers, & Haditono (2002) maka terdapat tiga tahap proses perkembangan yang dilalui remaja dalam proses menuju kedewasaan, disertai dengan karakteristiknya, yaitu :

a. Remaja awal (12-15 tahun)

Pada tahap ini, remaja mulai beradaptasi terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan tersebut. Individu berusaha untuk menghindari ketidaksetujuan sosial atau penolakan dan mulai membentuk kode moral sendiri tentang benar dan salah. Individu menilai baik terhadap apa yang disetujui orang lain dan buruk apa yang ditolak orang lain. Pada tahap ini, sifat kritis terhadap ajaran agama mulai timbul, karena ide dan dasar keyakinan beragama yang diterima saat masih kanak-kanak sudah tidak begitu menarik bagi mereka.

b. Remaja madya (15-18 tahun)

Pada tahap ini, remaja berada dalam kondisi kebingungan dan terhalang dari pembentukan kode moral karena ketidakkonsistenan dalam konsep benar dan salah yang ditemukannya dalam kehidupan sehari-hari. Dalam kehidupan keagamaan mereka timbul konflik antara pertimbangan moral dan material. Pada tahap ini, mulai tumbuh

semacam kesadaran akan kewajiban untuk mempertahankan aturan-aturan yang ada, namun belum dapat mempertanggungjawabkannya.

c. Remaja akhir (18-21 tahun)

Pada tahap ini, individu dapat melihat sistem sosial secara keseluruhan. Individu mau diatur secara ketat oleh hukum-hukum umum yang lebih tinggi. Alasan mematuhi peraturan bukan merupakan ketakutan terhadap hukuman atau kebutuhan individu, melainkan kepercayaan bahwa hukum dan aturan harus dipatuhi untuk mempertahankan tatanan dan fungsi sosial. Remaja sudah memilih prinsip moral untuk hidup. Individu melakukan tingkah laku moral yang dikemukakan oleh tanggung jawab batin sendiri.

Penelitian ini memfokuskan untuk meneliti kelompok remaja madya (15-18 tahun) karena pada ini adalah masa mengenal diri sendiri, menjauhkan diri dari keluarga dan lebih senang bergaul dengan teman-temannya. Remaja mungkin tidak mau berbagi perasaan mereka dengan orangtuanya, jika tidak ditangani secara serius dapat menimbulkan kesenjangan dalam komunikasi dan hilangnya rasa percaya terhadap orang lain (Soetjiningsih, 2004).

Pada tahap remaja sangat membutuhkan kawan-kawan dan adanya kecenderungan narsistik. Selain itu, pada tahap ini remaja juga berada dalam kondisi kebingungan karena dia tidak tahu memilih yang mana antara peka atau tidak peduli, ramai atau sendiri, idealis atau matrealis. Remaja pria

harus membebaskan diri dari *Oedipus complex* dengan cara mempererat hubungan dengan kawan-kawan.

2.2.3. Ciri-ciri Perkembangan Remaja Madya

Hurlock (1999) berpendapat, bahwa semua periode yang penting selama masa kehidupan mempunyai karakteristiknya sendiri. Begitupun masa remaja madya. Beberapa ciri perkembangan remaja madya yang dikutip dari <http://www.sapphirepediatrics.com> adalah sebagai berikut.

1. Perkembangan Fisik

Sebagian besar anak perempuan telah selesai mengalami perubahan fisik yang berhubungan dengan pubertas pada umur 15 tahun. Anak laki-laki sedang dalam proses untuk menjadi dewasa dan mendapatkan tenaga, massa otot, tinggi badan dan ciri – ciri seksual.

2. Perkembangan Emosional

Ada kemungkinan memiliki kegelisahan tentang sekolah dan nilai ujian. Mengutamakan diri sendiri (ada kemungkinan memiliki harapan yang terlalu tinggi dan sedikit memahami konsep diri). Mengutamakan kerahasiaan (privasi) dan waktu untuk sendiri. Sangat memperhatikan tentang ketertarikan fisik ataupun seksual.

Ada kemungkinan mengeluh tentang orangtua yang mencegah/melarang dirinya untuk melakukan hal – hal secara sendiri sendiri (tanpa pengawasan). Mulai menghubungkan antara keintiman emosional dan keintiman fisik dalam hubungan – hubungan.

3. Perkembangan Sosial

Mulai menyadari tentang perilaku sosial dari teman – teman. Mencari teman – teman yang memiliki kesamaan dalam hal keyakinan, martabat / kelas dan kepentingan. Teman – teman mulai menjadi prioritas. Mulai memiliki ketertarikan terhadap intelektual. Dapat terpengaruh oleh teman-teman untuk mencoba kelakuan yang beresiko (alkohol, rokok dan sex).

4. Perkembangan Mental

Menjadi lebih baik dalam menentukan tujuan dan memikirkan masa depan. Memiliki pemahaman yang lebih baik atas hubungan timbal – balik yang rumit tentang masalah – masalah yang ada. Mulai mendalami tentang nilai-nilai moral dan memilih panutan.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dalam rentangnya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi dan sosialnya dengan rentang usia antara 12-21 tahun. Dalam penelitian ini menggunakan kelompok remaja madya (15-17 tahun) dengan beberapa ciri perkembangan fisik, emosional, sosial dan mental.

2.3. Penyintas Bencana Alam Gunung Sinabung

2.3.1. Pengertian Penyintas

Istilah “penyintas” muncul pertama kali pada tahun 2005. Kemunculannya bukan dari kalangan ahli sastra ataupun ahli linguistik. Kata ini muncul dari para penggiat alias aktivis LSM (Lembaga Swadaya

3. Perkembangan Sosial

Mulai menyadari tentang perilaku sosial dari teman – teman. Mencari teman – teman yang memiliki kesamaan dalam hal keyakinan, martabat / kelas dan kepentingan. Teman – teman mulai menjadi prioritas. Mulai memiliki ketertarikan terhadap intelektual. Dapat terpengaruh oleh teman-teman untuk mencoba kelakuan yang beresiko (alkohol, rokok dan sex).

4. Perkembangan Mental

Menjadi lebih baik dalam menentukan tujuan dan memikirkan masa depan. Memiliki pemahaman yang lebih baik atas hubungan timbal – balik yang rumit tentang masalah – masalah yang ada. Mulai mendalami tentang nilai-nilai moral dan memilih panutan.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa remaja adalah individu yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dalam rentangnya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi dan sosialnya dengan rentang usia antara 12-21 tahun. Dalam penelitian ini menggunakan kelompok remaja madya (15-17 tahun) dengan beberapa ciri perkembangan fisik, emosional, sosial dan mental.

2.3.Penyintas Bencana Alam Gunung Sinabung

2.3.1.Pengertian Penyintas

Istilah “penyintas” muncul pertama kali pada tahun 2005. Kemunculannya bukan dari kalangan ahli sastra ataupun ahli linguistik. Kata ini muncul dari para penggiat alias aktivis LSM (Lembaga Swadaya

Masyarakat) dalam konteks bencana. Para pegiat ini memerlukan kata yang lebih pendek untuk menerjemahkan kata “survivor”. Mereka paling tidak harus menggunakan tiga patah kata, yakni: “korban yang selamat” (Juneman, 2010). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007), disebutkan bahwa penyintas berasal dari kata “sintas” yang mempunyai makna “terus bertahan hidup” atau “mampu mempertahankan keberadaannya”. Kemudian dalam pemakaiannya diberikan awalan “pe-“, sehingga menjadi penyintas. Istilah penyintas sama artinya dengan istilah survivor, berarti orang yang selamat dari peristiwa yang mengancam nyawanya (Yayasan Pulih, 2005).

Penyintas diartikan sebagai terus bertahan hidup artinya orang yang selamat dari suatu peristiwa yang mungkin dapat membuat nyawa melayang atau sangat berbahaya. Padanan kata survivor dalam Bahasa Indonesia (Alwi, 2007).

2.3.2. Pengertian Bencana Alam

Bencana Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 pasal 1 Tahun 2007 adalah 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 (BNPB, 2007).

Dalam buku *Methods for Disaster Mental Health Research*, bencana didefinisikan sebagai peristiwa yang berpotensi menimbulkan kejadian-kejadian traumatik yang dialami secara kolektif, terjadi secara akut, dan tidak

terbatas waktu; bencana mungkin dapat disebabkan faktor alam, teknologi, atau yang disebabkan oleh manusia (Norris, Galea, Friedman, & Watson, 2006).

Bencana alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam, antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, gempa, kekeringan, angin topan dan tanah longsor. Bencana non alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau rangkaian peristiwa non alam antara lain berupa gagal teknologi, gagal modernisasi, epidemi dan wabah penyakit. Sedangkan bencana sosial adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang diakibatkan oleh manusia yang meliputi konflik sosial antar kelompok atau antar komunitas masyarakat dan teror (BNPB, 2007).

2.3.3. Bencana Alam Letusan Gunung Sinabung

Gunung Sinabung merupakan gunung berapi di Sumatera Utara yang mempunyai ketinggian 2.640 meter diatas permukaan laut yang berada pada koordinat 30 10 menit LU dan 980 23 menit BT. Letaknya cukup dekat dengan kota Berastagi dan Kabanjahe dan terdapat banyak desa di lerengnya. Satusatunya Gunung di Sumatera Utara yang berkakikan danau (Widiastuti, 2008) Pada tahun 1600 Gunung Sinabung meletus pertama dan pada tanggal 28 Agustus 2010. Gunung Sinabung meletus lagi pada tanggal 29 Agustus 2010, sekitar pukul 00.08 WIB.

Asap dan debu membumbung sampai ketinggian 1.500 meter dari bibir kawah. Tindakan evakuasi segera dilakukan. 12.000 warga yang tinggal di sekitar gunung diungsikan. Berikut hasil pantauan Pusat Vulkanologi dan

Mitigasi Bencana Geologi yaitu aktivitas tanggal 28 Agustus 2010 pada pukul 08.00-16.00 WIB, secara visual terpantau asap putih tipis, ketinggian sekitar 20 meter dengan tekanan lemah hingga sedang. Pada pukul 16.00 - 19.00 WIB, Gunung Sinabung tertutup kabut dan pada pukul Pukul 19.00 - 24.00 WIB, tidak terpantau adanya asap dari kawah aktif. Dengan demikian Gunung Sinabung tidak menunjukkan adanya tanda-tanda peningkatan kegiatan. Aktivitas yang terjadi pada tanggal 29 Agustus 2010 adalah pukul 00.08 WIB, terdengar suara gemuruh.

Dengan aktivitas tersebut maka Gunung Sinabung diubah tipenya dari tipe B menjadi tipe A dan statusnya dinyatakan AWAS terhitung pukul 00.10 WIB tanggal 29 Agustus 2010, pada Pukul 00.10 WIB sampai dengan sekarang berkoordinasi dengan tim di lapangan, diputuskan dilakukan pengungsian masyarakat yang bermukim dan beraktivitas pada radius 6 km dari kawah aktif.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung adalah orang yang selamat dan terus bertahan hidup dari peristiwa yang dapat membahayakan nyawanya yang tinggal di sekitar radius 6 Km dari Gunung Sinabung di Kabupaten Karo, Sumatera Utara.

2.4. Resiliensi Remaja Penyintas Bencana Letusan Gunung Sinabung

Menurut Reivich dan Shatte (2002) yang dituangkan dalam bukunya "The Resiliency Factor" menjelaskan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan

berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya. Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Siebert (2005) dalam bukunya *The Resiliency Advantage* memaparkan bahwa yang dimaksud dengan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dengan baik perubahan hidup pada level yang tinggi, menjaga kesehatan di bawah kondisi penuh tekanan, bangkit dari keterpurukan, mengatasi kemalangan, merubah cara hidup ketika cara yang lama dirasa tidak sesuai lagi dengan kondisi yang ada, dan menghadapi permasalahan tanpa melakukan kekerasan.

Remaja merupakan periode kehidupan yang unik, karena saat itu terjadi perubahan yang amat kompleks, diantaranya perubahan fisik, emosional, kognitif, perubahan pertumbuhan dan perkembangan sosial yang menjembatani antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa (Santrock, 2007). Secara umum, periode remaja merupakan klimaks dari periode-periode perkembangan sebelumnya, sehingga dalam periode selanjutnya individu telah mempunyai suatu pola pribadi yang lebih baik. Bagi sebagian besar orang, memasuki usia remaja tidaklah mudah. Hall (dalam Santrock, 2007), menyebutkan bahwa masa remaja adalah masa *storm and stress*, karena pada masa ini muncul gejala emosi yang penuh dengan ketidakseimbangan.

Remaja penyintas bencana letusan Gunung Sinabung adalah remaja yang bertahan hidup dari peristiwa yang dapat membahayakan nyawanya yaitu letusan yang terjadi pada Gunung Sinabung yang berada dekat dengan kawasan tempat tinggal mereka. Kemampuan mereka untuk bertahan dari kondisi yang

penuh tekanan dimana mereka harus berpindah tempat dari tempat tinggal mereka menuju ke kawasan pengungsian yang disediakan oleh Pemerintah.

Sejumlah desa yang diharuskan untuk meninggalkan tempat tinggal mereka. Ketika masyarakat diminta untuk meninggalkan tempat tinggal, tentu bukan hanya meninggalkan rumah tempat tinggal mereka saja, namun juga meninggalkan kehidupan mereka seperti meninggalkan ladang tempat mereka bekerja serta meninggalkan sekolah mereka yang sudah tidak dapat digunakan lagi karena tertimbun material dari letusan Gunung Sinabung. Salah satu Desa yang termasuk adalah Desa Sibintun. Desa Sibintun terletak di radius 7 Km sektor selatan-tenggara Gunung Sinabung. Desa ini sudah tidak dapat di huni lagi karena sudah tertimbun material yang berasal dari letusan Gunung Sinabung. Maka masyarakatnya harus berpindah lokasi tempat tinggal ke daerah yang lebih aman dari jangkauan Gunung Sinabung. SMA Negeri 1 Simpang Empat yang berlokasi di Desa Sibintun juga harus berpindah tempat.

Pada awalnya kegiatan belajar mengajar di SMA Negeri 1 Simpang Empat ini menumpang di gedung sekolah SMP Negeri 2 Simpang Empat di Desa Ndokum Siroga dengan jadwal masuk sekolah pada siang hari. Menurut penuturan guru yang mengajar di SMA Negeri 1 Simpang Empat terjadi beberapa masalah yang dihadapi siswa sekolah selama mereka menumpang di gedung SMP Negeri 2 Simpang Empat. Beberapa diantaranya seperti tak jarang siswa mengantuk saat belajar karena tidak terbiasa bersekolah disiang hari. Begitu juga hubungan antara siswa SMP dengan siswa SMA sering terjadi perselisihan. Hal ini membuat rasa ketidaknyamanan yang semakin besar.

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

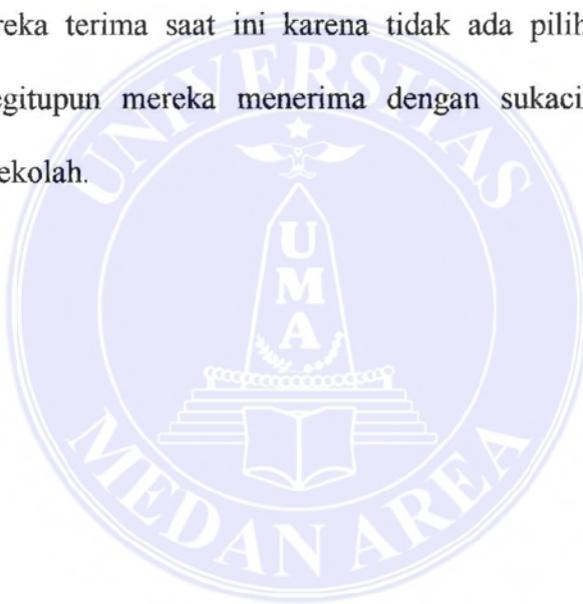
Document Accepted 26/8/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

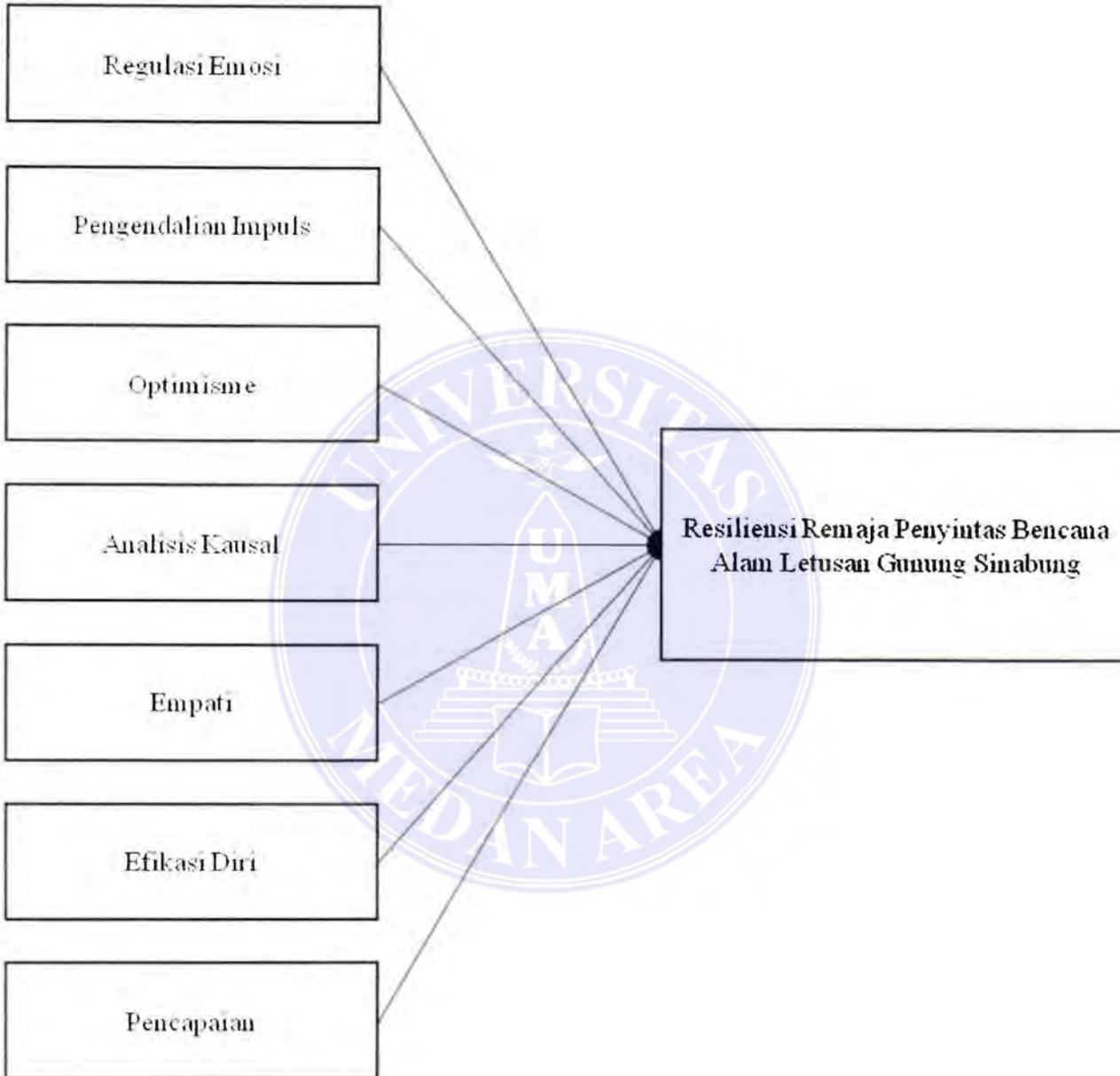
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.umfa.ac.id)26/8/24

Dari kejadian-kejadian diatas maka tak jarang para siswa mengeluhkan apa yang mereka hadapi ke guru mereka. Bahkan mereka tak sungkan untuk menemui Kepala Dinas untuk menyampaikan keluh kesah mereka. Keresahan ini pun juga dirasakan oleh orang tua siswa. Maka setelah beberapa lama sekolah SMA Negeri 1 Simpang Empat di relokasi ke gedung SD Negeri di Desa Beganding Kecamatan Simpang Empat yang gedung sekolah ini tidak lagi digunakan. Ruang kelas yang kurang memadai serta fasilitas yang seadanya harus mereka terima saat ini karena tidak ada pilihan lain bagi mereka. Namun begitupun mereka menerima dengan sukacita dan tetap semangat untuk bersekolah.



2.5. Kerangka Konsep



Menurut Reivich dan Shatte (2002) yang dituangkan dalam bukunya “The Resiliency Factor” menjelaskan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap kejadian yang berat atau masalah yang

terjadi dalam kehidupan. Bertahan dalam keadaan tertekan, dan bahkan berhadapan dengan kesengsaraan (*adversity*) atau trauma yang dialami dalam kehidupannya (Reivich, K & Shatte, A, 2002).

Reivich & Shatte (2002) menjelaskan bahwa resiliensi dapat diukur melalui ketujuh aspeknya yang secara konkret dapat dilihat dalam diri individu yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Tingkat resiliensi individu dinilai dari tinggi rendahnya penjumlahan skor ketujuh aspek dari resiliensi (Reivich, 2002).

2.6. Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang mengukur hubungan spiritual dengan resiliensi pada *survivor* remaja pasca bencana erupsi gunung Kelud di desa Pandansari, Ngantang, Malang yang terdiri dari 40 subjek menunjukkan tingkat resiliensi yang tinggi. Diketahui bahwa 85% dengan frekuensi 34 *survivor* remaja memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, sedangkan hanya ada 15% atau dengan frekuensi 6 orang yang memiliki tingkat resiliensi yang sedang, dan 0% atau tidak didapati *survivor* remaja korban beresiliensi rendah. Jadi, tingkat resiliensi *survivor* remaja pasca bencana erupsi gunung Kelud di Desa Pandansari, Ngantang, Malang, berada pada tingkat yang tinggi. (Pustakasari, 2014).

Sementara hasil penelitian hubungan antara bentuk-bentuk dukungan sosial dengan tingkat resiliensi penyintas gempa di Desa Canan, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten yang terdiri dari 100 subjek menunjukkan tingkat resiliensi yang tinggi. Diketahui bahwa 60 orang memiliki resiliensi yang tinggi. 31 orang dengan tingkat resiliensi yang sangat tinggi. 9 orang dengan tingkat resiliensi yang sedang. 0 subjek yang memiliki tingkat resiliensi rendah dan sangat rendah.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Menurut Azwar (2000) metode deskriptif merupakan metode yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan akurat, fakta dan karakteristik mengenai populasi atau mengenai bidang tertentu. Metode deskriptif bertujuan untuk menggambarkan suatu fenomena yang terjadi, tanpa bermaksud mengambil kesimpulan-kesimpulan yang berlaku secara umum (Hadi, 2000).

Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui gambaran resiliensi remaja penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung.

3.2. Tempat dan Waktu Penelitian

3.2.1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo Propinsi Sumatera Utara. Pada saat penelitian ini berlangsung lokasi SMA Negeri 1 Simpang Empat ini berada di Desa Beganding Kecamatan Simpang Empat Kab. Karo.

3.2.2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni - Agustus 2016.

3.3. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian ini terdapat satu variabel yaitu variabel resiliensi

3.4. Definisi Operasional

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut dan menjadi lebih baik yang memiliki fungsi yaitu *Overcoming, steering through, bouncing back, reaching out*. Resiliensi memiliki Aspek Regulasi Emosi, Pengendalian Impuls, Optimisme, Analisis Kausal, Empati, Efikasi Diri, dan Pencapaian serta yang menjadi sumber-sumber resiliensi adalah *I Have, I Am, dan I Can*.

Remaja penyintas letusan Gunung Sinabung adalah individu yang sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dalam rentangnya terjadi perubahan-perubahan dan perkembangan pada aspek fisik, psikologis, kognisi dan sosialnya dengan rentang usia antara 12-21 tahun yang terus bertahan hidup dari suatu peristiwa yang mungkin dapat membuat nyawa melayang atau sangat berbahaya. Dalam penelitian ini menggunakan kelompok remaja madya (15-18 tahun) dengan beberapa ciri perkembangan fisik, emosional, sosial dan mental.

3.5. Populasi Penelitian

Dalam sebuah penelitian, populasi dan sampel merupakan faktor penting yang harus diperhatikan (Hadi, 2000). Populasi merupakan kelompok subjek yang akan dikenakan generalisasi hasil penelitian (Azwar, 2007). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung yang bersekolah di SMA Negeri 1 Simpang Empat yang berjumlah 365 siswa.

3.6. Sampel Penelitian

Dalam menentukan jumlah sampel, tidak ada batasan mengenai berapa jumlah ideal sampel penelitian. Azwar (2007) menyatakan bahwa secara tradisional, statistic menganggap jumlah sampel yang lebih dari 60 orang sudah cukup banyak. Berdasarkan pernyataan tersebut, maka jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 120 Orang sampel penelitian.

3.7. Teknik Pengambilan Sampel Penelitian

Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *non-probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Adapun kriteria inklusi sampel dalam penelitian ini adalah remaja penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung yang berada pada usia remaja madya yang berusia 15-18 tahun yang bersekolah di SMA Negeri 1 Simpang Empat Kabupaten Karo.

3.8. Metode Pengumpulan Data

Data diperoleh dengan menggunakan skala *semantic differential*. Metode skala merupakan suatu daftar dari sejumlah pernyataan yang ditujukan kepada subyek penelitian, digunakan untuk mengungkap suatu kondisi subyek yang hendak diteliti. Kondisi tersebut bersifat pribadi, individual, unik, subyektif yang dapat berupa harapan, tekanan. Skala digunakan dengan anggapan bahwa (Azwar,2004):

1. Subyek adalah orang yang paling tahu tentang dirinya sendiri.
2. Apa yang dikatakan subyek adalah benar dan dapat dipercaya
3. Interpretasi subyek tentang pernyataan yang diajukan kepada subyek adalah sama dengan yang dimaksud oleh peneliti.

1. Skala Resiliensi

Skala resiliensi disusun berdasarkan aspek-aspek dari konsep teori yang dikemukakan oleh Reivich & Shatee (2002), bahwa resiliensi terdiri dari tujuh aspek yaitu pengendalian emosi, kemampuan mengontrol impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, kemampuan berempati, efikasi diri dan pencapaian.

Dalam skala ini butir-butir pernyataan dibagi menjadi dua, yaitu butir yang bersifat *favourable* (mendukung obyek psikologis) serta *unfavourable* (tidak mendukung obyek psikologi). Kedua jenis butir mempunyai nilai bobot yang berlawanan. Sebaran jawaban *favourable*. Dalam penelitian ini digunakan skala *semantic differential*.

Semantic differential adalah salah satu bentuk instrumen pengukuran yang berbentuk skala, yang dikembangkan oleh Osgood, Suci, dan Tannenbaum. Instrumen ini juga digunakan untuk mengukur reaksi terhadap stimulus, kata-kata, dan konsep-konsep dan dapat disesuaikan untuk orang dewasa atau anak-anak dari budaya manapun juga (Heise, 2006 dalam Prihadi 2007). *Semantic differential* digunakan untuk dua tujuan: (1) untuk mengukur secara objektif sifat-sifat semantik dari kata atau konsep dalam ruang semantik tiga dimensional dan (2) sebagai skala sikap yang memusatkan perhatian pada aspek afektif atau dimensi evaluatif (Issac dan Michael, 1984 dalam Prihadi 2007). Osgood dkk (Issac dan Michael, 1984) menemukan tiga dimensi atau faktor utama, yaitu dimensi evaluatif (evaluative), formal (potensi), dan stimulatif (aktivitas). Dalam penelitian ini setiap aitem terdapat 7 (tujuh) pilihan jawaban dari rentang 1-7.

Skor dalam skala *semantic differential* untuk aitem *favorable* dalam rentang pilihan jawaban 1-7 adalah 3, 2, 1, 0, (-1), (-2), (-3), sedangkan untuk skor untuk aitem *unfavorable* dalam rentang pilihan jawaban 1-7 adalah (-3), (-2), (-1), 0, 1, 2, 3.

Jumlah skor yang diperoleh subyek menggambarkan resiliensi yang dimiliki. Semakin tinggi skor yang dimiliki subyek semakin tinggi tingkat resiliensi Sebaliknya semakin rendah skor yang dimiliki subyek maka semakin rendah pula tingkat resiliensi.

Tabel 3.1 Blue Print Skala Resiliensi

No	Aspek Resiliensi	Indikator	Item Favorabel	Item Unfavorabel	Jumlah
1	Regulasi Emosi	Mampu untuk mengatur emosi, atensi dan perilaku, serta tetap tenang dibawah kondisi yang menekan.	5, 18, 23	4	4
2	Pengendalian Impuls	Mampu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan dan tekanan.	13	1, 9, 19	4
3	Optimisme	Memandang masalah secara positif, berpikir optimis	14	2, 24, 27	4
4	Analisis Kausal	Mampu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan	16, 25, 28	3	4
5	Empati	Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain, ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain.	11	6, 15, 20	4
6	Efikasi diri	Yakin mampu untuk memecahkan masalah	7, 8	17, 22	4
7	Pencapaian	Mampu meningkatkan	12, 21	10, 26	4

		aspek-aspek positif dalam kehidupan, berani mengatasi ketakutan yang mengancam.			
Total					28

3.9. Prosedur Penelitian

Prosedur pelaksanaan penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian dan tahap penyajian data dalam laporan. Berikut uraiannya :

1. Tahap Persiapan Penelitian

1.1 Persiapan Kancan Penelitian

a. Pada tahap ini peneliti mempersiapkan persyaratan administrasi berupa permohonan izin penelitian kepada koordinator serta penanggungjawab kawasan pengungsian di tempat penelitian

1.2 Melakukan *interview* awal untuk mendapatkan masukan dari beberapa pemerhati penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung. Persiapan Alat Ukur

- a. Menentukan definisi operasional variabel yang diteliti
- b. Menyiapkan skala pengukuran variabel
- c. Mencetak/memperbanyak alat ukur
- d. Melakukan uji coba skala.

2. Tahap Pelaksanaan

- a. Penyebaran skala kepada para subyek penelitian

- b. Mengumpulkan data, melakukan *scoring* dan tabulasi
 - c. Mengolah data dengan melakukan analisis statistik
 - d. Mengambil kesimpulan
3. Tahap Penyajian Data dalam Laporan

3.10. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur

3.10.1. Uji Validitas Alat Ukur

Uji validitas digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu alat ukur. Suatu alat ukur dikatakan valid jika pernyataan pada alat ukur tersebut mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh alat ukur tersebut.

Kriteria penentuan validitas adalah sebagai berikut :

- a. Jika nilai signifikansi $p > 0,3$ maka aitem tersebut valid.
- b. Jika nilai signifikansi $p < 0,3$ maka aitem tersebut tidak valid.

3.10.2. Uji Reliabilitas Alat Ukur

Uji reliabilitas dimaksudkan untuk melihat sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Hasil pengukuran dapat dipercaya hanya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap sekelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama, selama aspek yang diukur dalam diri subjek memang belum berubah (Azwar, 2004).

Uji reliabilitas dilakukan terhadap kriteria penentuan reliabilitas adalah sebagai berikut :

- a. Jika nilai Cronbach's Alpha $\alpha > 0,7$ maka aitem tersebut reliabel.
- b. Jika nilai Cronbach's Alpha $\alpha < 0,7$ maka aitem tersebut tidak reliabel.

3.11. Metode Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis faktor konfirmatori yaitu analisis jalur (*path analysis*) yang sebelumnya dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Analisis faktor konfirmatori adalah salah satu metode statistik multivariat yang mencoba menerangkan hubungan antar sejumlah variabel-variabel yang saling independen antara satu dengan yang lain sehingga bisa dibuat satu atau lebih kumpulan variabel yang lebih sedikit dari jumlah variabel awal. Analisis faktor juga digunakan untuk mengetahui faktor-faktor dominan dalam menjelaskan suatu masalah. Tujuan analisis faktor konfirmatori adalah: pertama untuk mengidentifikasi adanya hubungan antar variabel dengan melakukan uji korelasi. Tujuan kedua untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen.

Berdasarkan teknik analisis faktor konfirmatori analisis jalur (*path analysis*), maka tahapan analisis data pada penelitian ini antara lain :

- a. Korelasi matriks antar indikator: Metode yang pertama adalah memeriksa korelasi matriks. Tingginya korelasi antara indikator mengindikasikan bahwa indikator-indikator tersebut dapat dikelompokkan ke dalam sebuah indikator yang bersifat homogen sehingga setiap indikator mampu membentuk faktor umum atau faktor konstruk. Sebaliknya korelasi yang rendah antara indikator

- megindikasikan bahwa indikator-indikator tersebut tidak homogen sehingga tidak mampu membentuk faktor konstruk.
- b. Korelasi parsial(*anti image matrices*) : Metode kedua adalah memeriksa korelasi parsial yaitu mencari korelasi satu indikator dengan indikator lain dengan mengontrol indikator lain. Analisis *anti image matrices* adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui apakah aspek-aspek secara parsial layak untuk dianalisis dan tidak dikeluarkan dalam pengujian.
- c. Kaiser-Meyer Olkin (KMO) : Metode ini paling banyak digunakan untuk melihat syarat kecukupan data untuk analisis faktor. Metode KMO ini mengukur kecukupan sampling secara menyeluruh dan mengukur kecukupan sampling untuk setiap indikator.
- d. Analisis *communalities* adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antar aspek yang membentuk resiliensi. Besarnya nilai *communalities* adalah nilai yang $> 0,5$. Hal ini dapat diartikan bahwa keseluruhan aspek yang digunakan memiliki hubungan yang kuat dengan resiliensi yang terbentuk. Dengan kata lain, semakin besar nilai *communalities* maka semakin baik analisis faktor, karena semakin besar karakteristik aspek yang dapat mewakili oleh resiliensi yang terbentuk.
- e. Analisis *total variance explained* menunjukkan besarnya persentase keragaman total yang mampu diterangkan oleh keragaman aspek-

aspek yang terbentuk. Dalam tabel *total variance explained* terdapat nilai *eigenvalue* dari tiap-tiap aspek resiliensi.

f. Analisis Scree Plot adalah salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk membantu peneliti menentukan berapa banyak faktor terbentuk yang dapat mewakili keragaman peubah – peubah asal. Bila kurva masih curam, akan ada petunjuk untuk menambahkan komponen. Bila kurva sudah landai, akan ada petunjuk untuk menghentikan penambahan komponen, walaupun penilaian curam/landai bersifat subjektif peneliti.

g. Analisis *component matrix* menunjukkan besarnya korelasi tiap variabel dalam faktor yang terbentuk. Nilai – nilai koefisien korelasi antara variabel dengan faktor - faktor yang terbentuk (*loading factor*) dapat dilihat pada tabel *Component Matrix*.

h. Analisis *Rotated Component Matrix*

Setelah kita melakukan ekstraksi faktor, langkah selanjutnya adalah merotasi komponen (*rotated component matrix*). Rotasi aspek ini diperlukan jika metode ekstraksi aspek yang belum menghasilkan komponen yang jelas. Tujuan dari rotasi komponen atau aspek ini adalah untuk menaikkan nilai aspek agar berada diatas nilai 1 (>1).

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disimpulkan jawaban-jawaban dan permasalahan yang terdapat dalam penelitian ini, dan pada akhir bab ini peneliti akan memberikan saran bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dengan tema yang berkaitan dengan penelitian ini.

5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi data penelitian dapat ditarik kesimpulan mengenai hasil penelitian yang dilakukan yaitu :

1. Dari 120 orang subjek terdapat 48 orang (40%) memiliki resiliensi yang tinggi, 46 orang (38%) memiliki resiliensi yang sedang dan 26 orang (22%) memiliki resiliensi yang rendah.
2. Setiap aspek memiliki determinasi pada pembentukan resiliensi. Dimana determinasi aspek regulasi emosi sebesar 0,745, determinasi aspek pengendalian impuls sebesar 0,753, determinasi aspek optimisme sebesar 0,527, determinasi aspek analisis kausal sebesar 0,716, determinasi aspek empati sebesar 0,574, determinasi aspek efikasi diri sebesar 0,633 dan determinasi aspek pencapaian sebesar 0,561.

5.2. Saran

Dari penelitian yang telah dilakukan dan kesimpulan yang dikemukakan, maka peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat berguna bagi perkembangan kelanjutan studi ilmiah serta kehidupan praktis mengenai resiliensi khususnya pada penyintas bencana alam letusan Gunung Sinabung sebagai berikut

5.2.1. Saran Teoritis

Adapun saran yang diharapkan dalam penelitian ini adalah :

1. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan pada kelompok sampel yang berbeda serta pada lokasi yang berbeda dengan jumlah sampel yang lebih besar dan representatif
2. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan jenis pendekatan kualitatif agar memiliki sudut pandang respon yang berbeda dan lebih mendalam.

5.2.2. Saran Praktis

Adapun saran praktis yang diharapkan

Dari hasil penelitian ini disarankan bagi Pemerintah setempat untuk dapat membuat suatu program yang dapat mengurangi dampak psikis dari bencana alam letusan Gunung Sinabung khususnya untuk dapat meningkatkan kemampuan resiliensi khususnya pada remaja yang dapat dilakukan di sekolah maupun di kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, Hasan dkk. 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Cetakan ketiga. Jakarta Balai Pustaka.
- Azwar, S. (2000). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____, (2004). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____, (2004). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____, (2007). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bnpb. (2007). *Definisi dan jenis bencana*. Diunduh dari <http://www.bnpb.go.id/pengetahuan-bencana>. Tanggal akses : 6 Februari 2016.
- Connor, K.M. 2006. *Assessment of Resilience in the Aftermath of Trauma*. *Journal of J Clin Psychiatry*. Vol. 67 : 46-49.
- Desmita. (2005). *Psikologi perkembangan*. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- Ghozali, I. 2013. *Aplikasi Analisis Multivariat dengan Program IBM SPSS 21*. Edisi 7. Semarang: Penerbit Universitas Diponegoro.
- Grotberg, Edith.H. (1999). *Tapping Your Inner Strength*. Oakland: New Harbinger Publication, Inc.
- _____, (2000). *Resilience for today : Gaining strength from adversity*. (Rev. Ed). United States of America : Greenwood Publishing Group, Inc
- Hadi, S. 2000. *Statistik II*. Yogyakarta. Andi Offset
- Hurlock, E.B. (1999). *Psikologi Perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. (Rev. Ed). Jakarta : Erlangga
- Juneman. (2010). *Psikologi Pelayanan Penyintas Bencana [Psychology of Services For Disaster Survivors]*. *MerPsy*, 1(2), 5-37. ISSN 2085-5486.
- Lestari, K. (2007). *Hubungan Antara Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Penyintas Gempa di Desa Canan, Kecamatan Wedi, Kabupaten Klaten*. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.

- Norris, F.H., Galea, S., Friedman, M.J., & Watsan, P.J. (2006). *Methods for disaster mental health research*. New York: The Guilford Press.
- Marpaung, A.W. (2015). *Social Support dan Psychological Well Being Pada Penyintas Bencana Alam Gunung Sinabung. Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara. Medan
- Masten, A. S., Best, K. M., & Garmezy, N. (1990). *Resilience and Development: Contributions from the Study of Children Who Overcome Adversity*. Development and Psychopathology, Volume 2. Cambridge University Press
- Monks, F.J., Knoers, A. M. P., Haditono, S.R. (2001). *Psikologi Perkembangan: Pengantar Dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Oktaviani, D. (2012). *Resiliensi Remaja Aceh yang Mengalami Bencana Tsunami. Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Indonesia. Depok
- Papalia, Diane et al. 2011. *Human Development*. Edisi Sembilan. Terjemahan. Jakarta: Kencana.
- Pizzolongo, Peter J dan Hunter, Amy. 2011. *I Am Safe and Secure: Promoting Resilience in Young Children*. *Journal of YC Young Children Vol. 66 Edisi 2 (Mar 2011): 67-69*. Washington: National Association for the Education of Young Children.
- Prihadi, B. (2007). *Semantic Differential Sebagai Alat Ukur Respons Estetik Siswa. Jurnal*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana Geologi. 2010. www.vsi.esdm.go.id Tanggal akses 6 Februari 2016.
- Pustakasari, E. N. (2014). *Hubungan Spiritualitas Dengan Resiliensi Survivor Remaja Pasca Bencana Erupsi Gunung Kelud Di Desa Pandansari-Ngantang-Kabupaten Malang. Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Reivich, K. & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor*. New York : Broadway Books
- Retnaningsih, Hartini. 2013. *Letusan Gunung Sinabung dan Penanganan Bencana di Indonesia*. Info Singkat Kesejahteraan Sosial Vol. IV. No. 18 – September 2013.

- Rezki Anggraeni, (2008) *Resiliensi pada penyandang tuna daksa pasca kecelakaan: Jurnal Psikologi*, Universitas Gunadarma. [Http://www.gunadarma.ac.id](http://www.gunadarma.ac.id). Tanggal akses 17 Februari 2016
- Riwayat Erupsi Gunung Sinabung dalam Gema BNPB “Ketangguhan Bangsa Dalam Menghadapi Bencana” edisi Desember 2013.
- Santrock, J.W (2007). *Remaja*. (Rev. Ed). Jakarta : Erlangga
- Siebert, Al. (2005). *The Advantage Resiliency*. [online]. <https://www.practicalpsychologypress.com> . Tanggal akses: 8 Februari 2016
- Soetjiningsih. 2004. *Pertumbuhan Somatik Pada Remaja*. Dalam: Soetjiningsih. 2004. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto, Jakarta
- Sulistyaningsih, W. (2009). *Mengatasi trauma psikologis : Upaya memulihkan trauma akibat konflik dan kekerasan*. Yogyakarta : Paradigma Indonesia
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). *Resilient Individuals Use Positive Emotions To Bounce Back From Negative Emotional Experiences*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320–333
- Widiastuti, R., Aththorick Alief T. & Marlia. (2007). *Tumbuhan Anggrek Hutan Gunung Sinabung*. Medan: Pustaka Bangsa Press
- Yayasan Pulih & JICA. (2006). *Bersama Meraih Asa*. Pusat Krisis Psikologi: Universitas Indonesia.