BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan wilayah yang rawan terhadap bencana di kawasan asia tenggara terkait dengan kondisi geografis, geologis, dan demografis yang memungkinkan terjadinya bencana baik yang disebabkan oleh faktor alam seperti letusan gunung api, gempa bumi, tsunami, banjir, tanah longsor, faktor non alam maupun faktor manusia, seperti serangan teroris atau kegagalan teknologi dan lain sebagainya. Bencana adalah suatu insiden atau rangkaian insiden yang mengancam dan menganggu kehidupan serta penghidupan masyarakat yang ditimbulkan oleh faktor alam dan faktor non alam juga faktor manusia sebagai akibatnya menyebabkan timbulnya korban jiwa (Perka BNPB No. 02 Tahun 2012).

Bencana alam terbesar di dunia pada tahun 2020 yaitu yang 1); gempa karibia Salah satu gempa bumi terbesar tahun adalah gempa yang melanda Karibia pada Januari 2020 dengan kekuatan 7,7 skala Richter. Tidak ada korban yang meninggal, tetapi guncangannya dirasakan hingga Miami dan sebagian Semenanjung Yucatan di Meksiko. Wilayah tempat gempa melanda berada pada batas Lempeng antara Lempeng Amerika Utara dan Lempeng Karibia. 2); letusan gunung berapi Taal Filipina, Gunung berapi Taal di pulau Luzon, Filipina mengalami aktivitas besar-besaran, mengirimkan awan abu ke angkasa. 3); gempa Elazig, Turki, Peristiwa seismologi lainnya terjadi di Turki

pada 24 Januari, ketika gempa bumi berkekuatan 6,7 skala Richter melanda provinsi Elazig. Kendati gempa ini lebih kecil dari yang melanda bagian utara Jamaika, gempa tersebut jauh lebih merusak. 4); kebakaran besar di Australia dunia menyaksikan kengerian kebakaran hutan yang melanda Australia, bergabung menjadi kebakaran besar atau mega di Victor ia dan New South Wales. Musim kebakaran 2019-2020 di Australia membakar lebih dari 12 juta hektare dan menewaskan sedikitnya 33 orang dan lebih dari 1 miliar hewan. 5); gempa Oaxaca, Meksiko. Gempa berkekutan 7,4 SR berpusat pada 5,6 mil Tenggara Santa Maria Xadani, di pantai Oaxaca. 6;) guncangan di alaska, gempa berkekuatan 7,8 SR yang melanda lepas pantai Alaska. 7;) kebakaran california, 1,65 juta hektare terbakar, 10.488 bangunan hancur, dan 33 kematian tercatat. 8;) kebakaran colorado, menghanguskan sekitar 84.000 hektare. 9;) gempa fatal di turki, berkekuatan 7,0 SR. 10;) badai Eta, dengan kecepatan angin mencapai 240 kilometer/jam. 11;) badai lota, dengan kecepatan 260 kilometer/jam. 12;) letusan gunung di Strombali, italia. 13;) letusan gunung etna di italia, dengan semburan 4.000 meter ke atas.

Menurut BNPB sudah terjadi sekitar 679 kejadian banjir di Indonesia pada Tahun 2018 dan kerugian capai puluhan triliun. Jawa Timur merupakan provinsi yang memiliki risiko banjir tertinggi dengan 84 kejadian banjir pada Tahun 2018. Selain Jawa Timur, provinsi di Indonesia yang memiliki jumlah risiko tertinggi adalah Jawa Tengah, Jawa Barat, Sumatera Barat dan Aceh. Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) mencatat, ada 487 kejadian banjir sejak 1 Januari hingga 19 April 2021. Jumlah itu mencapai 42% dari

1.153 bencana alam yang terjadi di tanah air sepanjang tahun ini. Puting beliung serta tanah longsor menyusul masing-masing sebanyak 319 kejadian dan 222 kejadian. Indonesia juga mengalami 92 kejadian kebakaran hutan dan lahan, 17 kejadian gempa bumi serta 15 kejadian gelombang pasang dan abrasi.

Provinsi Jawa Barat termasuk dalam urutan ketiga dari kejadian bencana yang terjadi di Indonesia setelah Provinsi Jawa Tengah dan Jawa Timur. Kejadian bencana di Jawa Barat sebanyak 355 kali. Di Tasikmalaya telah terjadi 14 kejadian bencana yaitu 8 kali bencana tanah longsor, 2 kali bencana banjir, 2 kali bencana puting beliung, 1 kali gelombang pasang dan 1 kali terjadi kekeringan (BNPB, 2018). Jawa Barat merupakan salah satu provinsi yang memiliki risiko bencana banjir yang tinggi. Sebanyak 27 kota dan kabupaten di Jawa Barat ditetapkan sebagai daerah rawan banjir dan longsor. Daerah yang rawan terhadap banjir beberapa diantaranya Kabupaten Cianjur, Kabupaten Bandung, Kabupaten Kuningan, Kabupaten Cirebon, Kabupaten Majalengka dan Kabupaten Bogor.

Bencana memberikan dampak terhadap ekonomi, fisik, kesehatan, sosial lingkungan dan psikologis. Gangguan fisik daan psikis banyak ditemukan pada para korban bencana (Menurut Dirkzwager dkk, 2006: Christodoulu dkk, 2016). Dampak kesehatan yang bisa langsung terjadi pada saat banjir terjadi adalah tenggelam, cerdera, hipotermia (suhu tubuh dibawah normal/kedinginan), dan gigitan hewan. Penyakit fisik yang biasa terjadi pada korban banjir yaitu penyakit kulit, flu dan diare. Pada orang dewasa dampak bencana bervariasi dari jangka pendek sampai jangka panjang. Dampak emosional jangka pendek

yang masih dapat dilihat dengan jelas meliputi rasa takut dan cemas yang akut, rasa sedih dan bersalah yang kronis, serta munculnya perasaan hampa. Masa trauma yang dirasakan perempuan lebih lama dibandingkan dengan laki-laki.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk melakukan respon dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan penderitaan (*adversity*) atau trauma, di mana hal tersebut sangat penting untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari. Menurut Reivich & Shatté (dalam Mulyani, 2011) mengatakan bahwa "resiliensi merupakan mindset yang memungkinkan manusia mencari berbagai pengalaman dan memandang hidupnya sebagai suatu kegiatan yang sedang berjalan". "Resiliensi menciptakan dan mempertahankan sikap positif dari individu". "Resiliensi memberi rasa percaya diri untuk mengambil tanggung jawab baru dalam pekerjaan, tidak malu untuk mendekati seseorang yang ingin dikenal, mencari pengalaman yang akan memberi tantangan untuk mempelajari tentang diri sendiri dan berhubungan lebih dalam dengan orang lain". Manusia membutuhkan resiliensi agar mampu bangkit dari penderitaan (*adversity*), bila biasanya penderitaan (*adversity*) dapat menyebabkan depresi atau kecemasan, dengan kemampuan resiliensi seseorang akan dapat mengambil makna dari kegagalan dan mencoba lebih baik dari yang pernah ia lakukan, sehingga menurunkan resiko depresi atau kecemasan (Mulyani, 2011).

Penelitian Monica E Gowan, Ray C Kirk, dan Jeff A Sloan (2014) resiliensi dan pengalaman seseorang terhadap bencana sangat menentukan tindakan apa yang akan dilakukan ketika bencana itu datang bedasarkan

pengetahuan atau pengalaman sebelumnya. Hal ini perlu diidentifikasi untuk meningkatkan kesehatan, kesejahteraan dan kesiapsiagaan bencana kedepan. Penelitian terkait lainnya yang dilakukan oleh Thomas J. Huggin, Robin Peace, Stephen R. Hill, David M. Johnston, Alicia Cuevas Mun (2015) masyarakat yang resilien mempunyai pengalaman terhadap bencana yang dapat membantu masyarakat dalam melakukan simulasi kesiapsiagaan bencana. Orang dengan resiliensi akan memandang bahwa kejadian berat hidupnya merupakan sebuah tantangan dalam mencapai kesuksesan, sehingga ketika seseorang mengalami sebuah bencana alam dalam hidupnya maka ia akan menjadi penyintas bukan sebagai korban dan dirinya akan terus mencoba untuk tumbuh walaupun dalam keadaan bencana. Dengan resiliensi seseorang dapat sukses dan memiliki kepuasan hidup yang baik, mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, serta pada kualitas hubungannya dengan orang lain (Ifdil & Taufik, 2012). Resiliensi dapat dibentuk dan diperkuat melalui penerapan kebiasaan positif, diantaranya mempraktikan *mindfulness*.

Mindfulness merupakan suatu kondisi dimana seseorang dapat dengan sadar mengarahkan perhatian secara utuh di saat ini. Hal ini dapat dilakukan dengan menerima dan menyadari semua pengalaman dan perasaan yang dirasakan oleh panca indra kita di saat ini tanpa menilai dan mengevaluasi mereka sebagai sesuatu yang baik ataupun buruk. *Mindfulness* merupakan salah satu prediktor yang signifikan dari resiliensi (Keye & Pidgeon, 2013). Menerapkan dan melakukan latihan *mindfulness* merupakan cara yang efektif dalam meningkatkan resiliensi (Van Breda, 2001). Pelatihan *Mindfulness*

adalah memusatkan diri pada kesadaran, pengamalan saat ini dan penerimaan (Germer, 2013).

Desa Harkatjaya terletak di Kecamatan Sukajaya, Kabupaten Bogor. Desa ini memiliki luas. Desa ini terletak di dataran sedang dengan ketinggian 450 meter dari permukaan laut dan memiliki suhu udara rata-rata 26° C. Desa Harkatjaya memiliki jarak 80 Km dari Ibu Kota Negara, 120 Km dari pusat Ibu Kota Provinsi, dan 60 Km dari pusat Kota/ Kabupaten, serta 1,5 Km dari pusat Kecamatan. Desa ini memiliki 13 Rukun Warga dan 32 Rukun Tetangga. Desa Harkatjaya memiliki jumlah penduduk sebanyak 6.013 orang. Dengan persentase 51% laki-laki dan 49% penduduknya adalah perempuan dengan jumlah Kepala Keluarga sebanyak 1.313 KK. Seluruh penduduk Desa Harkatjaya adalah Warga Negara Indonesia. Mayoritas agama yang dianut oleh penduduk desa ini adalah Islam, yakni sebesar 99,9% dari total penduduk dan sisanya yaitu 0.1% beragama Kristen Protestan. Berdasarkan kelompok usia pendidikan yaitu usia 0-19 tahun keatas, terdapat 3.638 orang. Sedangkan berdasarkan kelompok usia tenaga kerja yaitu usia 10-57 tahun keatas berjumlah 3.835 orang.

Terjadi bencana banjir di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya, Kabupaten Bogor pada hari Kamis, 16 Desember 2021. Warga Sukajaya kembali membuka trauma pada peristiwa bencana di awal tahun 2020 dan mengalami kecemasan karena tempat yang sedang ditempatinya merupakan penyitas bencana banjir. Berdarkan hasil dari wawancara salah satu warga di Desa Harkatjaya mengatakan bahwa setiap turun hujan merasa cemas dan para

pemuda disana melakukan ronda malam. Penyebab banjir di Desa Harkarjaya yaitu adanya luapan bentangan tanggul di tengah sungai yang masih dalam proses pembangunan, yang terdampak peristiwa bencana banjir hanya 6 rumah yang satu di antaranya mengalami rusak berat di bagian belakang karena berdekatan dengan air sungai (Radar Bogor 2021). Pasca kejadian, warga bergotong-royong membersihan material kosong dan petugas keamanan desa bergantian untuk memantau kondisi sungai sebagai antisipasi bencana. Menurut kepala Desa Harkatjaya proyek pembangunan tebing yang berada di lokasi kejadian dapat menangkal banjir (Radar Bogor 2021). Sejak awal tahun 2020 sampai dengan akhir tahun 2021 Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya mengalami bencana banjir rutin.

Berdasarkan hal tersebut, maka penulis tertarik untul melakukan penelitian dengan judul "Penerapan *Mindfulness* Terhadap Resiliensi Penyintas Bencana Di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya".

B. Rumusan Masalah dalam Karya Tulis Ilmiah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut "Penerapan *Mindfulness* Terhadap Resiliensi Penyintas Bencana Di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya".

C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

   Penelitian ini dilakukan untuk melakukan "Penerapan *Mindfulness* Terhadap Resiliensi Penyintas Bencana Di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya".

2. Tujuan Khusus

   a. Diketahuinya karakteristik klien dewasa terhadap resiliensi penyintas bencana

   b. Diketahuinya gambaran tingkat resiliensi sebelum mendapatkan *mindfulness*

   c. Diketahuinya gambaran tingkat resiliensi klien setelh mendapatkan *mindfulnes*

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1. Bagi Penulis

   a. Menambah pengetahuan dan wawasan serta meningkatkan pengetahuan tentang proses penyusunan laporan penelitian dibidang keperawatan.

   b. Memberikan pengalaman berharga untuk melatih kemampuan peneliti dalam melaksanakan penelitian secara ilmiah.

2. Bagi Institusi Prodi Keperawatan Bogor

   a. Sebagai bahan masukan, acuan dan rujukan dalam pengembangan ilmu keperawatan.

b. Sebagai bahan bacaan dan informasi bagi mahasiswa mengenai penerapan *mindfulness* terhadap resiliensi pada penyintas bencana di Desa Harkatjaya Kecematan Sukajaya.

c. Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dalam ruang lingkup yang sama.

3. Bagi Korban Banjir Di Desa Harkatjaya

a. Sebagai informasi untuk diterapkan mengenai penerapan *mindfulness* terhadap resiliensi pada penyintas bencana di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya.

b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai penerapan *mindfulness* terhadap resiliensi pada penyintas bencana di Desa Harkatjaya Kecamatan Sukajaya.