

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bencana merupakan peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan 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. Salah satu bencana yang sering terjadi di dunia adalah bencana alam. Bencana alam merupakan bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor (Bappenas, 2008).

Berbagai bencana alam telah menimbulkan korban harta dan jiwa. Korban yang selamat akan mengalami dampak psikologis akibat bencana, misalnya ketakutan, kecemasan, dan kesedihan yang mendalam (Kharismawan dkk, 2012). Trauma akibat bencana alam adalah sesuatu yang *katastropik* yaitu di luar rentang pengalaman trauma yang umum dialami manusia dalam kejadian sehari-hari sehingga dapat menyebabkan kecemasan yang luar biasa. Hal ini akan membuat mereka dalam keadaan stress berkepanjangan dan berusaha untuk tidak mengalami stres (Sunardi, 2007).

Stres merupakan suatu respon fisiologik ataupun perilaku terhadap sesuatu hal yang dipandang menyebabkan ketakutan karena kecemasan yang berlebihan, gangguan keseimbangan (*homeostasis*), baik internal maupun eksternal (*stressor*) (Gunarya, 2008). Stres bersifat subjektif sesuai persepsi orang yang memandangnya, dengan perkataan lain apa yang mencekam bagi seseorang belum tentu dipersepsi mencekam bagi orang lain dan stres juga dapat diartikan sebagai tuntutan-tuntutan eksternal yang mengenai seseorang, misalnya obyek-obyek dalam lingkungan atau suatu stimulus yang secara obyektif adalah berbahaya.

karena stres akan timbul dari suatu tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang (Gunarya, 2008).

Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, yang berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya, dan keadaan emosi ini tidak memiliki objek yang spesifik (Hawari, 2004). Kecemasan ini mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional, jika berlangsung terus dalam waktu yang lama, individu tersebut dapat mengalami kelelahan dan kematian (Stuart, 2006).

Manusia sebenarnya mempunyai kemampuan penggunaan sumber daya secara efektif untuk mengatasi gangguan mental dan emosional seperti stres dan kecemasan yang muncul melalui manajemen stres. Manajemen stres merupakan kecakapan menghadapi tantangan dengan cara mengendalikan tanggapan secara proporsional/ mengontrol, mengelola dan mengurangi ketegangan yang terjadi dalam situasi stress dengan kemampuan sumber daya (Hawari, 2004).

Gunung Merapi meletus pada hari Jumat, 26 November 2010 khususnya di Kecamatan Cangkringan, Sleman mengakibatkan korban 382 jiwa dan kerugian harta benda total keseluruhan mencapai 33 milyar, 29 orang korban luka bakar dan 74 orang yang menjalani perawatan non luka bakar (Dinas Sosial Sleman, 2010). Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana Geologi (PVMBG) Badan Geologi menetapkan wilayah aman letusan menjadi 20 km dari puncak Merapi. Sebelumnya, wilayah aman ini 15 km. Hal ini menimbulkan banyak problem sosial, diantaranya problem kecemasan dan emosional bagi korban yang selamat.

Salah satu wilayah yang mengalami dampak erupsi Merapi tahun 2010 yaitu Dusun Wonokerso, Desa Argomulyo. Berdasarkan data kependudukan Desa Argomulyo Tahun 2013 jumlah penduduk di Dusun Wonokerso adalah 400 orang, dengan rincian neonatus lahir-14 hari sebanyak 10 bayi, bayi 2 minggu - 2 tahun sebanyak 20 bayi, kanak- kanak umur 2-6 tahun sebanyak 34 anak, remaja 12-18 tahun sebanyak 98 orang, dewasa 18-35 tahun sebanyak 100 orang, Dewasa pertengahan umur 36-64 sebanyak 62 dan lansia 65-70 tahun sebanyak 71 orang.

Letak Desa Argomulyo bersebelahan langsung dengan sungai Gendol yang sewaktu-waktu dapat dialiri lahar panas maupun dingin ketika terjadi erupsi Merapi dan pasca erupsi Merapi. Hasil wawancara dengan penduduk didapatkan, bahwa terdapat satu orang meninggal dunia pada Tanggal 26 Oktober 2010, dua orang mengalami trauma karena setiap mendengar suara pesawat terbang individu seperti mendengar suara gempa, mengira akan terjadi letusan susulan kembali dan empat warga mengalami kecemasan jika akan terjadi letusan susulan kembali dalam beberapa jam setelah kejadian erupsi Merapi.

Tanggal 27 April 2012 Kepala Pukesmas mengatakan sebanyak tiga warga menyatakan merasakan cemas sampai tiga hari, dan mulai menyadarkan diri bahwa hal ini adalah kehendak Tuhan, sedangkan empat warga mengalami kecemasan sampai berbulan-bulan karena merasa takut menghadapi hidup selanjutnya akibat hilangnya harta benda yang dimiliki. Pada tanggal 5 Februari 2013 Bapak Lurah Cangkringan mengatakan masih tampak adanya dampak dari erupsi Merapi khususnya di kawasan Bebeng telah didapatkan satu korban meninggal dunia karena terkena sisa lahar dingin yang mengalir saat hujan tiba. Pada tanggal 22 Agustus 2013 Bapak Camat Cangkringan mengatakan terjadi lagi letusan vulkanik kecil yang tidak menyebabkan korban namun penduduk tetap merasakan ketakutan.

Uraian di atas menunjukkan masih terlihat dampak dari adanya kecemasan penduduk pasca erupsi Merapi dan penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan manajemen stres dengan tingkat kecemasan pasca erupsi Merapi di Dusun Wonokerso, Desa Argomulyo Kecamatan Cangkringan. Pada tanggal 18 November 2013 Kepala Pukesmas mengatakan terjadi letusan Merapi, warga sempat mengungsi tetapi tidak ada korban jiwa, warga masih merasakan cemas jika ada letusan susulan kembali.

Pada tanggal 9 Maret 2014 Kepala Pukesmas mengatakan Merapi kembali meletus warga sempat merasakan getaran gempa sesaat, tidak ada korban jiwa, tetapi warga cemas jika akan terjadi letusan susulan. Pada tanggal 27 Maret 2014 Kepala Pukesmas mengatakan terjadi letusan kecil warga sempat cemas dan akan mengungsi, tidak ada korban jiwa.

Pusat Vulkanologi dan Mitigasi Bencana Geologi (PVMBG) dan BNPB (Badan Nasional Penanggulangan Bencana) mengatakan pada Tanggal 20 April 2014 Gunung Merapi meletus disertai hujan krikil dan abu pukul 04.00 pagi, warga mengalami kecemasan dan akan mengungsi, tidak ada korban jiwa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Hubungan Antara manajemen stres dengan tingkat kecemasan Penduduk Pasca Erupsi Merapi di Dusun Wonokerso Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan antara manajemen stres dengan tingkat kecemasan pasca erupsi merapi penduduk di Dusun Wonokerso Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.

2. Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui manajemen stres penduduk pasca erupsi Merapi di Dusun Wonokerso Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan Pasca Erupsi Merapi Penduduk di Dusun Wonokerso Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis :

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang manajemen stres dan tingkat kecemasan.

b. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam keperawatan jiwa untuk menangani kecemasan penduduk pasca bencana merapi dan dapat digunakan sebagai upaya preventif bagi pemberian

pelayanan keperawatan pada masyarakat melalui promosi kesehatan khususnya manajemen stres, sehingga kecemasan pada masyarakat yang menjadi korban bencana dapat diminimalkan.

c. Bagi Mahasiswa Keperawatan STIKES A.Yani

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan menambah wawasan bagi mahasiswa Keperawatan STIKES A. Yani terutama tentang manajemen stress dan tingkat kecemasan dalam menghadapi bencana alam.

d. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi ilmu pengetahuan bagi peneliti khususnya ilmu keperawatan dalam bidang manajemen stres.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk melanjutkan penelitian yang berhubungan dengan manajemen stres dan tingkat kecemasan.

E. Keaslian Penelitian

1. Limasari (2010) dengan judul “Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Regulasi Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Primer”. Jenis penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimental dengan pre-post test desain dengan besar sampel sebanyak 15 responden di desa Wonoplintahan, Sidoarjo yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi. Analisis data dengan uji *wilcoxon*. Hasil penelitian ini menyimpulkan manajemen stres dengan teknik meditasi, relaksasi pernapasan, dan aromaterapi memiliki pengaruh pada pengaturan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi primer di desa Wonoplintahan, Sidoarjo. Penelitian ini juga menyatakan manajemen stres dapat membantu mengurangi tingkat stres pada pasien dengan hipertensi primer. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan adalah sama-sama meneliti manajemen stres sebagai variabel bebas. Perbedaannya adalah pada variabel terikat yang diteliti adalah regulasi tekanan darah, sedangkan yang

penulis lakukan adalah kecemasan. Penelitian Limasari (2010) dilakukan di Desa Wonoplintahan, Sidorejo sedangkan penulis pada penelitian ini mengambil tempat di Desa Argomulyo Kecamatan Cangkringan. Analisis data juga ada perbedaan, Limasari (2010) dengan uji statistik wilcoxon sedangkan pada penelitian penulis menggunakan analisis *Kendall's Tau* (τ).

2. Dewi (2010) dengan judul “Pengaruh Manajemen Stres (Meditasi Benson) terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Pre - Operatif di Ruang Mawar Kuning RSUD Sidoarjo”. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen semu. Populasi adalah 25 orang pasien pra operasi di ruang Mawar Kuning RSUD Sidoarjo. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Analisis data dengan uji *Wilcoxon Signed Peringkat Test* dan *Mann Whitney U-Test*. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa meditasi Benson berpengaruh pada tingkat pengurangan kecemasan. Hal ini berarti meditasi Benson efektif mengurangi tingkat kecemasan pada pasien pra operasi di ruang Mawar Kuning RSUD Sidoarjo. Kesamaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan adalah sama-sama ingin mengetahui faktor yang berhubungan dengan kecemasan. Perbedaanya adalah pada variabel bebas yang diteliti adalah Meditasi Benson, sedangkan yang penulis lakukan adalah manajemen stres secara umum. Penelitian Dewi (2010) dilakukan pada sampel pasien pre - operatif di Ruang Mawar Kuning RSUD Sidoarjo sedangkan penulis pada penelitian ini mengambil sampel di Dusun Wonokerso, Kecamatan Cangkringan. Analisis data juga ada perbedaan, Dewi (2010) dengan uji statistik *wilcoxon* dan *Mann Whitney U-Test* sedangkan pada penelitian ini menggunakan analisis *Kendall's Tau* (τ).
3. Afandi (2007) dengan judul “Efektifitas Pelatihan Meditasi *Mindfulness* Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Survivor Gempa Bumi di Bantul”. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen semu. Populasi dan sampel adalah 15 siswa di SMA 1 Pleret Bantul. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Analisis data dengan uji *Mann Whitney U-Test*. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa pelatihan meditasi *mindfulness* terbukti

menurunkan tingkat kecemasan. Kesamaan penelitian ini dengan penelitian yang penulis lakukan adalah sama-sama ingin mengetahui faktor yang berhubungan dengan kecemasan. Perbedaannya adalah penulis menggunakan variabel manajemen stres sebagai variabel bebas, sedangkan pada penelitian Afandi (2007) sebagai variabel bebasnya adalah pelatihan meditasi *mindfulness*. Penelitian Afandi (2007) dilakukan di Kecamatan Pleret Bantul, sedangkan penulis pada penelitian ini mengambil sampel di Dusun Wonokerso, Kecamatan Cangkringan. Analisis data juga berbeda, Afandi (2007) dengan uji statistik *Mann Whitney U-Test* sedangkan pada penelitian ini menggunakan analisis *Kendall's Tau* (τ).

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA