

Tingkat Kecemasan Anak Usia Sekolah Pasca Bencana Gempa Bumi

Erviana¹, Ismar², Masniati³

¹Universitas Sulawesi Barat, Majene, Indonesia

^{2,3}Universitas Sulawesi Barat, Majene, Indonesia
erviana@unsulbar.ac.id

Abstract: *Earthquakes have always been shown to be linked to mental health problems, such as anxiety and post-traumatic stress disorder. A survey shows that after a disaster event around 15-20% of the population will experience mild or moderate mental disorders. Earthquakes have consistently been shown to be associated with mental health problems such as anxiety, depression and post-traumatic stress disorder in the immediate aftermath of disasters. This condition will get worse if it is not detected early and handled properly, thus requiring mental health services (trauma healing). Excessive anxiety can have a detrimental effect on the mind and body and can even lead to physical ailments. The purpose of this study was to determine the anxiety level of post-earthquake school-age children in Taan Village, Tapalang District, Mamuju Regency. Method, this study uses a quantitative descriptive method. The population of this study were school-age children in Taan Village, Tapalang District, Mamuju Regency. Results In this study, it was found that most school-age children experienced mild anxiety (45.5%), normal anxiety (6.1%) moderate anxiety (30.3%) severe anxiety (18.2%). Conclusion: This study shows that most school-age children experience mild anxiety after the earthquake in Taan Village, Tapalang District, Mamuju Regency.*

Keywords: *Earthquake, Anxiety, School Aged Children*

Abstrak: Gempa bumi selalu terbukti berkaitan dengan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan gangguan stres pasca-trauma. Sebuah survei menunjukkan bahwa setelah peristiwa bencana sekitar 15-20% populasi akan mengalami gangguan mental ringan atau sedang.. Gempa bumi secara konsisten terbukti berhubungan dengan masalah kesehatan mental seperti cemas, depresi dan gangguan stres pasca-trauma segera setelah bencana. Kondisi tersebut akan semakin memburuk bila tidak dideteksi sejak dini dan ditangani dengan baik, sehingga membutuhkan pelayanan kesehatan mental (trauma healing). Kecemasan yang berlebihan dapat mempunyai dampak yang merugikan pada pikiran serta tubuh bahkan dapat menimbulkan penyakit fisik. Tujuan Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Tingkat Kecemasan Anak Usia Sekolah Pasca-Gempa Di Desa Taan Kecamatan Tapalang Kabupaten Mamuju. Metode, penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini ialah anak usia sekolah di Desa Taan Kecamatan Tapalang Kabupaten Mamuju. Hasil Pada penelitian ini, didapatkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah mengalami kecemasan ringan (45,5%), kecemasan normal (6.1%) kecemasan sedang (30,3%) kecemasan berat (18,2%). Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah mengalami kecemasan ringan pasca gempa di Desa Taan Kecamatan Tapalang Kabupaten Mamuju.

Kata kunci: Gempa Bumi, Kecemasan, Anak Usia Sekolah

Pendahuluan

Bencana alam yang sewaktu-waktu bisa datang, melambangkan kuasa Tuhan. Kekuatan alam, non alam, atau manusia dapat menimbulkan korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis, dan bencana adalah rangkaian peristiwa yang dapat mengganggu dan membahayakan penghidupan dan kehidupan masyarakat sekitar. Berdasarkan Undang-Undang No.24 Tahun 2007.

Bencana alam yang baru terjadi di Kabupaten Majene dan Kabupaten Mamuju adalah Gempa bumi yang merupakan bencana alam kedua yang paling mematikan, di mana gempa itu terjadi pada tanggal 15 Januari 2021. Untuk itulah pemerintah melakukan upaya pengurangan risiko bencana dengan dikeluarkannya Undang-Undang tentang penanggulangan bencana.

Berdasarkan data Badan Nasional Penanggulangan bencana (BNPB), gempa bumi yang terjadi di Majene dan Mamuju dengan kronologi gempa yang berkekuatan 5,9 Skala Richter pada hari Kamis tanggal 14 Januari 2021 pukul 13;35 WIB, disusul gempa berkekuatan 6,2 skala Richter pada Jumat 15 Januari 2021 pukul 01;28 WIB.

Korban tewas yang diakibatkan oleh gempa di Sulawesi Barat mencapai 84 orang. Angka tersebut berdasarkan data pada pukul 14.00 WIB Tanggal 18 Januari 2021 dari pusat Pengendalian Operasi Badan Nasional Penanggulangan Bencana. Secara rinci, ada 33 kematian di Kabupaten Mamuju dan 11 kematian di Kabupaten Majene kata kepala Pusat Urusan data, Informasi dan komunikasi kebencanaan BNPB Raditya Jati melalui keterangan tertulis. Senin (18/01/2021). Selain itu tercatat 679 orang luka ringan serta terdapat 253 orang mengalami luka berat. Untuk wilayah di Kabupaten Mamuju korban luka berat sebanyak 189 orang dan untuk wilayah Kabupaten Majene korban luka berat sebanyak 64 orang. Pusdalops BNPB juga melaporkan sebanyak 19.435 orang mengungsi pasca-gempa 6,2 M, untuk wilayah Kabupaten Majene orang yang mengungsi sebanyak 4421 dan wilayah Kabupaten Mamuju orang yang mengungsi sebanyak 15.014

Bencana gempa bumi yang terjadi secara berturut-turut di Kabupaten Majene dan Kabupaten Mamuju sejak tanggal 14 Januari 2021 tersebut membawa dampak yang luar biasa terhadap semua aspek kehidupan para korban bencana baik aspek fisik, sosial dan psikologis. Bahaya bencana dapat terjadi di mana saja dengan sedikit atau tanpa peringatan, maka sangat penting bersiaga terhadap bahaya bencana untuk mengurangi bahaya risiko. (Nurjannah, 2012).

Gempa bumi selalu terbukti berkaitan dengan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan gangguan stres pasca-trauma. Sebuah survei menunjukkan bahwa setelah peristiwa bencana sekitar 15-20% populasi akan mengalami gangguan mental ringan atau sedang. Post-traumatic stress disorder (PTSD), sementara 3-4% mengalami gangguan berat seperti psikosis, depresi berat dan kecemasan yang tinggi. (Surendra et al, 2015).

Kecemasan yang dialami anak pasca-gempa yaitu, gangguan trauma pasca bencana merupakan kondisi terganggunya kesehatan mental karena dipicu oleh kejadian yang mengerikan, seperti gempa bumi atau bencana-bencana lain. Biasanya seseorang bisa mengalami trauma pasca-bencana setelah mengalami sendiri peristiwa tersebut, atau melihat seseorang yang mengalami kejadian tersebut. Gejala-gejala gangguan trauma pasca bencana

yang timbul dan bisa dialami oleh anak yang pernah mengalami peristiwa tersebut, di antaranya ; Sering teringat atau terbayang kejadian pemicu trauma, mengalami gangguan tidur, sering memimpikan kejadian serupa, cemas yang berlebihan, mudah marah dan sulit berkonsentrasi.

Kecemasan adalah keadaan membingungkan yang muncul dalam peristiwa masa depan tanpa alasan. Kecemasan dapat muncul dalam keluarga di mana salah satu anggota keluarga sakit. Jika ada anggota keluarga yang sakit, maka akan menyebabkan krisis keluarga. Kecemasan adalah respons yang tepat terhadap ancaman, namun jika derajatnya tidak sebanding dengan ancaman, kecemasan bisa menjadi tidak normal. (Heidari, 2015).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan di Desa Taan, yang terjadi yaitu banyak rumah warga mengalami kerusakan serta warga korban di sekitar lokasi masih kesulitan mendapatkan kebutuhan makanan serta banyak anak usia sekolah merasa ketakutan apabila mendengar suara dentuman keras, suara petir, kondisi gelap atau bahkan angin kencang yang melanda. Ketika hal ini terjadi maka anak-anak langsung berteriak ketakutan serta gemeteran ketika hujan turun disertai petir dan angin kencang. Hal ini dikarenakan pada saat gempa terjadi mereka mendengar suara dentuman keras dari bawah tanah dengan kondisi cuaca yang begitu buruk serta dalam keadaan gelap gulita, jadi mereka begitu takut akan kejadian itu terulang kembali ketika turun hujan serta angin kencang.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian yang berjudul Dampak Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Pasca-Gempa.

Metode

Penelitian dilaksanakan di Desa taan Kecamatan Tapalang Kabupaten Mamuju pada bulan Juli samapi bulan agustus 2021. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah anak usia sekolah korban gempa bumi yang berjumlah 104 anak di Desa Taan. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 33 sampel dengan kriteria anak usia sekolah, korban gempa bumi dan berdomisili di Desa Taan. Tehnik sampling yang digunakan adalah tehnik non probability sampling.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian ini meliputi karakteristik responden dan hasil analisis tingkat kecemasan anak.

Tabel 1. Deskripsi Karakteristik orang tua anak

Jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	14	42,4%
Laki-laki	19	57,6%
Jumlah	33	100%

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan pada tabel 1 di atas bahwa kebanyakan dari responden pada penelitian ini berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 19 atau sebesar 57,6% responden, sedangkan perempuan berjumlah 14 atau sebesar 42,4% responden.

Tabel 2. Deskripsi Karakteristik umur anak

Usia	Frekuensi	Percent
6	4	12.1%
7	1	3.0%
8	4	12.1%
9	5	15.2%
10	2	6.1%
11	6	18.2%
12	11	33.3%
Total	33	100.0%

Sumber : Data Primer 2021

Karakteristik berdasarkan usia, usia 6 tahun sebanyak 4 responden (12.1%), usia 7 tahun didapatkan 1 responden (3.0%), usia 8 tahun didapatkan sebanyak 4 responden (12.1%), usia 9 tahun didapatkan sebanyak 5 responden (15.2%), usia 10 tahun didapatkan sebanyak 2 responden (6.1%), usia 11 tahun didapatkan sebanyak 6 responden (18.2%), dan usia 12 tahun didapatkan sebanyak 11 responden (33.3%).

Tabel 3. Hasil Analisis Tingkat Kecemasan Anak Usia Sekolah

Tingkat kecemasan	Frekuensi	Valid percent
Normal	2	6.1%
Ringan	15	45.5%
Sedang	10	30.3%
Berat	6	18.2%
Berat sekali	0	0.0%
Total	33	100.0%

Sumber : Data Primer 2021

Berdasarkan hasil analisis tingkat kecemasan pada table 3 di atas maka sebagian besar tingkat kecemasan anak usia sekolah berada pada tingkat kecemasan ringan dengan frekuensi 15 atau setara dengan 45, 5% responden.

Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh bahwa deskripsi tingkat kecemasan anak usia sekolah pasca gempa di desa Taan Kecamatan Tapalang Kabupaten Mamuju yang paling banyak berada

pada tingkat kecemasan ringan, dan tingkat kecemasan yang paling kurang ialah normal.

Menurut teori Freud tentang kecemasan, kecemasan memiliki suatu perasaan yang afektif yang tidak menyenangkan dan disertai dengan sensasi fisik yang memperingatkan orang terhadap bahaya yang akan datang. Keadaan seperti inilah yang sering kabur dan akan sulit menunjuk dengan tepat, tetapi kecemasan itu sendiri selalu dirasakan. .Layaknya semua perilaku dimotivasi oleh insting, begitu juga semua perilaku mempunyai pertahanan secara alami, dalam hal untuk melawan kecemasan.

Kecemasan adalah pengalaman yang dirasakan oleh individu berupa perasaan takut, khawatir dan perasaan tidak menyenangkan (Thoyibah et al., 2020). Setiap individu memiliki tingkat kecemasan yang berbeda, tergantung bagaimana individu mengatasi pemicu dari kecemasan tersebut. (Suwandi & Malinti, 2020).

Hasil penelitian tingkat kecemasan pada anak di dapatkan sebanyak 15 orang (45,5%) mengalami kecemasan ringan, hal ini di sebabkan karna kejadian gempa yang sudah menjelang sekitar 6 bulan dan daerah tersebut telah mendapat penanganan trauma healing secara cepat. Kecemasan ringan berhubungan dengan ketegangan kehidupan sehari-hari. Kecemasan ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsi individu tersebut (Annisa & Ifdil, 2016). Respon fisiologi yang muncul yaitu, nafas pendek sesekali, meningkatnya denyut nadi dan tekanan darah, gejala ringan pada lambung, muka yang berkerut dan bibir bergetar. Respon kognitif yang muncul yaitu lapang persepsi melebar, mampu menerima rangsangan kompleks dan masih dapat berkonsentrasi serta menjelaskan masalah. Sedangkan respon perilaku dan emosi yang muncul yaitu tremor halus pada tangan, tidak dapat duduk tenang, dan terkadang suara meninggi (Anggraeini, 2018).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa, masih ada anak yang masih memiliki kecemasan sedang yaitu sebanyak 10 orang (30,3%) dan kecemasan berat sebanyak (18,2%) berdasarkan keluhan dari responden dan orang tua yaitu, mereka masih memiliki perasaan takut, cemas, sulit tidur, dan tegang terutama jika hujan lebat dan mati lampu. Hal ini juga di terangkan oleh Dwidiyanti,dkk dan penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bencana alam dapat meningkatkan kecemasan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Zurriyatun Thoyibah (2020) dengan judul gambaran tingkat kecemasan korban gempa lombok, bahwa bencana gempa mengalami gejala neurosis, 29,5% korban mengalami gejala psikotik, dan 64,7% korban mengalami gejala PTSD. Hasil studi kualitatif keluhan korban gempa menunjukkan bahwa hampir seluruh korban menyatakan takut, cemas untuk memasuki rumah akibat peristiwa gempa, mengalami masalah keluarga dan ekonomi dan isu makhluk halus serta sakit menjadi masalah aspek spiritual masyarakat korban gempa bumi.

Kecemasan responden dapat disebabkan oleh gempa susulan yang terus menerus masih terjadi selama 4 bulan setelah gempa pertama. Hal ini tentunya menimbulkan perasaan takut

dan khawatir bagi para responden. Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman yang biasanya berupa perasaan gelisah, takut, khawatir yang merupakan faktor dari psikologis. Dari hasil penelitian telah dilihat situasi dan kondisi lokasi gempa bumi bahwa banyak anak merasa takut ketika hujan turun disertai dengan petir dan angin kencang, karena hal ini telah mereka rasakan ketika gempa bumi terjadi dengan kondisi cuaca yang tidak membaik. Berdasarkan hasil wawancara responden masih sering mengalami gejala seperti ketakutan yang berlebih, jantung berdetak kencang, pucat, keringat dingin, dan menangis serta menutup telinga ketika hujan turun disertai dengan petir.

Seseorang yang mengalami peristiwa gempa secara langsung cenderung menghindari kontak langsung atau situasi yang dapat mengingatkan kembali pada mereka peristiwa tersebut (Meidiana Dwidiyanti¹, 2018). Sebuah penelitian menyebutkan bahwa dalam konteks pasca gempa bumi, fobia biasanya dihubungkan dengan suara keras atau gemuruh, dan ketakutan gempa bumi lanjutan yang mungkin terjadi (Meidiana Dwidiyanti¹, 2018).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tingkat kecemasan anak pasca gempa di Desa Taan maka dapat diidentifikasi tingkat kecemasan terdiri dari kecemasan normal sebanyak 2 orang (6,1%), kecemasan ringan sebanyak 15 orang (45,5%), kecemasan sedang sebanyak 10 orang (30,3%), dan kecemasan berat sebanyak 6 orang (18,2%). Kecemasan yang terjadi pada anak salahsatunya disebabkan oleh gempa susulan yang terus menerus masih terjadi selama 4 bulan setelah gempa pertama, dimana dalam konteks pasca gempa bumi, fobia atau rasa cemas biasanya dihubungkan dengan suara keras atau gemuruh, dan ketakutan gempa bumi lanjutan yang mungkin terjadi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada pemerintah Desa Taan yang bersedia memberikan izin untuk dilakukannya penelitian ini. Ucapan terimakasih juga kami sampaikan kepada rekan-rekan yang turut serta ambil bagian dalam penelitian ini.

Referensi

- Adriana.(2017). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain Pada Anak*. Semarang: Salemba Medika
- Afif. (2017). *Hubungan Tingkat Kecemasan*. Skripsi. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Kemengkes.
- Diakses Pada tanggal 15 April 2021
- Ahmad, Beni.(2013).*Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Pustaka Setia
- Andi. (2015). *Manajemen Stress, cemas dan depresi*. Jakarta: FK UL.
- Andriani, Durri. 2017. *Metode Penelitian*. Tangerang Selatan: Universitas Terbuka
- Aprilia.(2018).*Hipnotetris*. Jakarta: Bagas Media
- Bobak.(2012).*Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Anugerah
- Hawari 2013, *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*, Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia,

- Jakarta.
- Heidari.(2015). *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Edisi ke 2. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- Ibrahim. A. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Mandagi.(2013). *Manajemen stress cemas dan depresi*. Jakarta : Balai Penerbit
- Maimunah, Hasan.(2012).*Pendidikan Anak Usia Dini*. Jogjakarta: Diva Press.
- Nasir Abdul. (2012). *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurjannah.(2012). *Manajemen Bencana*.Bandung: Alfabeth.
- Nursalam.(2016). *Manajemen Keperawatan*.Jakarta: Salemba Medika.
- Saleh, Ummiyah.(2017). *Diagnosis keperawatan 2012-2014*. Jakarta : EGC.
- Sunarjo, Gunawan, M. T., Pribadi, S., (2012). *Gempa Bumi Edisi Populer*. Jakarta :BMKG.
- Sugiono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supriyono, Primus.(2014). *Seri Pendidikan Pengurangan Resiko Gempa Bumi*. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Surendra.(2015). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Edisi Indonesia. Jakarta : Fakultas Keperawatan Indonesia.
- Ulum, M, Chazienul.(2014). *Manajemen Bencana*.Malang: Universitas Brawijaya Press
- Utami.(2015). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kepercayaan Diri Remaja*.Jakarta: Graha Ilmu
- Widayatun.(2016). *Ilmu Prilaku M.A 104*. Jakarta: CV Sagung Seto
- Sutejo.(2018). *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Baru Perss
- Soetjiningsih., Ranuh, IG.N Gde. (2017). *Tumbuh Kembang Anak, Edisi 2*. Jakarta: EGC.
- Kusumadewi, S. (2008). Aplikasi Fuzzy Total Integral Pada Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). In *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)* (Vol. 1, No. 1).
- Nursalam. (2016) *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan* (P.P. Lestari (ed)).Salemba Medika
- Anggota IKAPI, 2012. *Teori Kepribadian dan Terapi psikoanalitik freud*. Yogyakarta: Kanisius.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Konsep kecemasan (anxiety) pada lanjut usia (lansia). *Konselor*, 5(2), 93-99.
- Anggraeini, N. (2018). Gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat tiga D-III Keperawatan dalam menghadapi uji kompetensi di Universitas Pendidikan Indonesia. *Jurnal pendidikan keperawatan indonesia*, 1(2), 131-139.
- Dwidiyanti, M., Hadi, I., Wiguna, R. I., & Ningsih, H. E. W. (2018). Gambaran risiko gangguan jiwa pada korban bencana alam gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 82-91.
- Ludmban Suriani Artha. 2017. *Kecemasan Anak Usia Sekolah Korban Bencana Erupsi Gunung Sinabung di Posko Pengungsian Kabangjahe Kabupaten Karo*. Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara . Diakses pada tanggal 10 September 2021
- Thoyibah, Z., Purqoti, D. N. S., & Oktaviana, E. (2020). Gambaran Tingkat Kecemasan Korban Gempa Lombok. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(3), 174-181.