

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Secara geografis, Indonesia merupakan negara kepulauan yang rentan akan bencana alam, baik geologis maupun hidrometeorologis karena lokasinya yang dikelilingi oleh tiga lempeng dunia, yaitu lempeng Eurasia, lempeng Indo-Australia, dan lempeng Pasifik. Akibatnya, Indonesia berada di atas jalur api pegunungan yang dikenal sebagai *ring of fire* (Sadono, 2025). Selain itu, wilayah Indonesia termasuk dalam area yang dipengaruhi oleh siklon tropis. Hal ini umumnya terbentuk di kawasan Pasifik Barat Laut, Samudra Hindia Tenggara, dan perairan di sekitar Australia. Keberadaan siklon tropis tersebut dapat memengaruhi pembentukan dan perubahan pola cuaca di Indonesia. Dampak yang ditimbulkan meliputi angin kencang, hujan lebat yang berlangsung dalam durasi cukup lama sehingga berpotensi menyebabkan banjir, serta peningkatan tinggi gelombang laut dan gelombang badai (Kementrian Kesehatan, 2016).

Di Indonesia, salah satu bencana hidrometeorologi yang paling disorot saat ini adalah bencana banjir yang terjadi di daerah Sumatra pada akhir November tahun 2025. Menurut Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika (BMKG), bencana hidrometeorologi adalah bencana alam yang disebabkan oleh kombinasi meteorologi (cuaca) dan hidrologi (air). Interaksi antara atmosfer, air, dan daratan, menyebabkan bencana ini, serta seringkali dipengaruhi oleh perubahan iklim. Kepala BMKG, Dwikora Karnawati (2025), menyebutkan penyebab bencana banjir yang terjadi di Sumatra disebabkan oleh aktivitas cuaca ekstrem, seperti curah hujan, angin kencang, dan suhu ekstrem; perubahan iklim yang menyebabkan peningkatan frekuensi dan intensitas cuaca ekstrem; dan aktivitas manusia, seperti pembangunan yang tidak terencana dan deforestasi.

Bencana banjir bandang yang melanda wilayah Aceh, Sumatra Utara, dan Sumatra Barat telah menyebabkan banyak kerusakan. Berdasarkan rekapitulasi data terdampak bencana yang dirilis oleh Badan Nasional

Penanggulangan Bencana (BNPB) tahun 2025, bencana banjir yang terjadi di Provinsi Aceh, Sumatra Utara, dan Sumatra Barat menimbulkan dampak yang signifikan terhadap masyarakat. Data tersebut mencatat terdapat sebanyak 1.207 korban jiwa, 138 orang dinyatakan hilang, dan 32.553 orang terpaksa mengungsi akibat bencana banjir yang melanda wilayah-wilayah tersebut.

Untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi penyintas bencana banjir di Sumatra, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap tujuh penyintas yang berasal dari Provinsi Aceh, Sumatra Utara, dan Sumatra Barat. Hasil wawancara menunjukkan bahwa para penyintas mengalami berbagai bentuk kehilangan, baik secara material maupun psikologis. Kerusakan rumah, kendaraan, dan barang berharga, kehilangan anggota keluarga, terhentinya aktivitas sehari-hari, serta keterbatasan akses terhadap listrik dan air bersih selama beberapa hari menjadi pengalaman yang umum dirasakan oleh para narasumber. Selain itu, sebagian penyintas juga kehilangan mata pencaharian dan masih harus tinggal di pengungsian karena rumah mereka belum dapat dihuni kembali.

Pengalaman tersebut memunculkan berbagai respons psikologis, seperti perasaan terkejut, takut, cemas, sedih, serta kekhawatiran akan terjadinya banjir kembali. Beberapa narasumber mengaku masih mengalami gangguan tidur, munculnya kembali ingatan terhadap peristiwa banjir (*flashback*), serta rasa waswas ketika hujan deras turun. Tidak hanya itu, 5 dari 7 penyintas juga mengeluhkan kondisi fisik yang menurun akibat kelelahan dan tekanan setelah bencana. Di sisi lain, para penyintas juga menghadapi tantangan sosial, seperti bantuan yang belum merata dan adanya kasus penjarahan saat bencana berlangsung, sehingga semakin memperberat kondisi yang mereka hadapi.

Meskipun demikian, hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa kemampuan penyintas dalam menghadapi kondisi tersebut berbeda-beda. 6 dari 7 narasumber mulai mampu menerima keadaan, kembali menjalankan aktivitas sehari-hari, serta beradaptasi dengan kondisi pascabencana melalui dukungan keluarga, tetangga, dan masyarakat sekitar, serta kemampuan untuk berpikir positif dan mempersiapkan diri apabila bencana kembali terjadi.

Namun, sebagian lainnya masih menunjukkan kekhawatiran dan kesulitan untuk sepenuhnya pulih dari pengalaman yang dialami. Temuan ini menunjukkan adanya variasi tingkat kemampuan penyintas dalam bertahan, beradaptasi, dan bangkit setelah mengalami bencana.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa penyintas bencana banjir memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap kondisi pascabencana. Dalam kajian psikologi, kemampuan individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali setelah mengalami peristiwa yang penuh tekanan dikenal sebagai resiliensi (Connor & Davidson, 2003). Tidak semua individu menunjukkan dampak negatif yang berkepanjangan. Sebagian individu justru mampu bertahan, beradaptasi, dan kembali menjalani kehidupan secara relatif normal setelah bencana. Individu yang mampu untuk bangkit kembali dan beradaptasi terhadap masalah yang dirasakan disebut dengan individu yang resilien (Nashori & Saputro, 2020). Penelitian oleh Zakiah (2021) menyebutkan, dalam menghadapi kondisi yang penuh tekanan, ada dua jenis respon yang mungkin ditunjukkan oleh individu. Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi percaya bahwa mereka dapat mengatasi situasi yang tidak menyenangkan dan menghindari hambatan psikologis. Sebaliknya, orang dengan tingkat resiliensi yang rendah lebih rentan mengalami guncangan psikologis atau hambatan.

Zakiah dkk. (2021) dalam penelitiannya menyatakan ketika bencana terjadi, penyintas atau *survivor* sering mengalami gejala psikologis, seperti trauma, stres, maupun gejala lainnya. Hal ini terjadi karena mereka kehilangan orang yang dicintai, harta benda, barang berharga, lahan pekerjaan, dan lainnya. Kemudian, penelitian oleh (Astuti, 2007) juga menyebutkan bencana cenderung menimbulkan tekanan psikologis, tetapi ketika banyak korban, itu menjadi lebih sulit. Reaksi pertama individu terhadap bencana bervariasi, mulai dari terguncang/*shock*, ketakutan, kesedihan, dan kemarahan. Menurut Ranakusuma dkk. (2023), bencana alam yang terjadi menimbulkan reaksi-reaksi psikologis seperti rasa cemas, kesedihan, dan ketakutan pada penyintas (korban yang masih hidup).

Maharani dkk. (2025) dalam penelitiannya di komunitas pesisir Indonesia, menunjukkan bahwa individu yang tinggal di wilayah rawan abrasi pantai, badai, dan banjir pasang cenderung memiliki peluang lebih besar untuk mengalami depresi dibandingkan dengan individu yang tidak tinggal di wilayah tersebut, dengan peningkatan risiko masing-masing sebesar 1,16; 1,14; dan 1,24 kali. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dari *English National Study of Flooding and Health*, yang mengungkapkan bahwa banjir berkaitan dengan peningkatan kemungkinan depresi, kecemasan, dan PTSD masing-masing sebesar 7,77; 4,16; dan 14,70 kali (French dkk., 2019). Besaran risiko depresi dalam penelitian ini relatif lebih rendah dibandingkan dengan temuan di Inggris, yang kemungkinan dipengaruhi oleh perbedaan prevalensi depresi antara Indonesia dan Inggris.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa banjir memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan fisik maupun psikologis individu. Selama dan pascabencana, penyintas sering mengalami berbagai gangguan kesehatan fisik, seperti pilek, batuk, flu, sakit tenggorokan, sakit kepala, iritasi kulit, gangguan pencernaan, penyakit dada, hipertensi, serta asma. Kondisi fisik tersebut kemudian dapat berkontribusi terhadap munculnya tekanan psikologis. Kecemasan yang muncul saat hujan menjadi salah satu reaksi yang paling umum dialami setelah kejadian banjir. Selain itu, individu juga dapat mengalami peningkatan stres, gangguan pola tidur, kecenderungan ketergantungan terhadap zat adiktif seperti alkohol dan obat-obatan, serta gejala depresi (Makwana, 2019).

Bencana banjir tidak hanya menimbulkan kerugian secara fisik dan ekonomi, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi psikologis penyintas. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penyintas banjir rentan mengalami gangguan psikologis, seperti kecemasan, depresi, dan Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) yang dapat berlangsung dalam jangka panjang apabila tidak ditangani secara memadai. Sebuah *systematic review* dan *meta-analysis* oleh Golitaleb dkk. (2022) terhadap 23 penelitian menemukan bahwa prevalensi PTSD pada penyintas banjir mencapai 29,48%, yang menunjukkan bahwa hampir sepertiga penyintas mengalami trauma psikologis

setelah bencana. Kondisi tersebut dapat menghambat kemampuan individu untuk beradaptasi dan pulih dari pengalaman traumatis, sehingga resiliensi menjadi salah satu kapasitas psikologis yang sangat dibutuhkan dalam proses pemulihan pascabencana.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Putra dkk. (2025) terhadap 216 penyintas banjir di Perumahan Sriwijaya, Sumatra Selatan, yang menunjukkan bahwa gejala PTSD berhubungan secara signifikan dengan resiliensi penyintas. Individu dengan tingkat trauma yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan resiliensi yang lebih rendah sehingga lebih sulit beradaptasi terhadap perubahan dan tekanan setelah bencana. Selain itu, penelitian mengenai masyarakat miskin perkotaan di Indonesia oleh Carías dkk. (2022) menemukan bahwa banjir berdampak signifikan terhadap kesehatan mental orang dewasa maupun anak-anak, terutama melalui peningkatan gejala depresi yang bertahan lebih lama dibandingkan dampak fisik. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa proses pemulihan pascabencana tidak hanya bergantung pada pemenuhan kebutuhan fisik, tetapi juga pada kemampuan psikologis penyintas untuk bangkit dan beradaptasi. Oleh karena itu, penguatan resiliensi menjadi aspek penting yang perlu mendapat perhatian dalam upaya pemulihan penyintas bencana banjir.

Resiliensi pada individu berkembang melalui berbagai pengaruh yang memungkinkan individu memiliki kemampuan untuk bertahan dalam situasi sulit, menyesuaikan diri dengan kondisi tersebut, serta mendorong dirinya untuk terus bergerak menuju perkembangan yang lebih baik di masa depan. Resiliensi dapat ditemukan pada individu dari berbagai jenis kelamin, namun terdapat perbedaan tingkat resiliensi antara laki-laki dan perempuan, di mana salah satu kelompok cenderung lebih rentan dibandingkan kelompok lainnya. Hasil penelitian oleh Apriyanto dan Setyawan (2020) menunjukkan bahwa laki-laki lebih resilien dibandingkan perempuan. Perempuan seringkali dipandang sebagai kelompok yang lebih rentan dalam situasi bencana, terutama karena keterbatasan dalam aspek fisik yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk bertahan secara optimal ketika menghadapi kondisi darurat (International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies, 2010).

Sebaliknya, laki-laki cenderung menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Hal ini berkaitan dengan kemampuan yang relatif lebih baik dalam beradaptasi terhadap perubahan, ketanggapan dalam menghadapi situasi krisis, kecenderungan berpikir secara rasional, serta peran yang lebih dominan dalam pengambilan keputusan, khususnya dalam konteks bencana seperti banjir (Nufus & Husna, 2017; Pattipeilohy dkk., 2019). Laki-laki cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan perempuan. Perbedaan ini diduga berkaitan dengan sumber faktor protektif yang digunakan, di mana perempuan lebih mengandalkan dukungan eksternal seperti keluarga dan komunitas, sedangkan laki-laki cenderung mengandalkan sumber daya internal yang dimilikinya (Nashori & Saputro, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Goroshit dan Eshel (2013) mengenai resiliensi pada tingkat komunitas dan negara menemukan bahwa peningkatan usia berkaitan dengan tingkat resiliensi yang lebih tinggi, sehingga usia dapat menjadi prediktor penting dalam kemampuan suatu individu atau kelompok untuk bertahan dan beradaptasi. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Sambu & Mhongo (2019) yang mengkaji pengaruh usia dan jenis kelamin terhadap resiliensi pada warga di Kenya yang mengalami trauma sebagai pengungsi internal. Hasil penelitian menunjukkan adanya variasi tingkat resiliensi berdasarkan kelompok usia, di mana individu berusia 56 - 77 tahun memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dibandingkan usia dibawahnya. Hal ini terjadi karena individu lanjut usia cenderung lebih berfokus pada emosi positif serta memiliki kemampuan regulasi emosi dan pemecahan masalah yang lebih baik, sehingga menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan individu yang lebih muda. Pengalaman menghadapi stres atau bencana di masa lalu dapat meningkatkan resiliensi individu terhadap tekanan di masa depan serta mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan. Oleh karena itu, lansia cenderung mengalami tingkat distress pascabencana yang lebih rendah dibandingkan individu yang lebih muda karena memiliki lebih banyak pengalaman hidup yang penuh tekanan (Rafiey dkk., 2016).

Wagnild dan Young menjelaskan, resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk pulih dari situasi yang tidak nyaman dan sifat kepribadian

yang positif yang meningkatkan kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan menangani emosi negatif yang berasal dari stres (Nashori & Saputro, 2021). Menurut *American Psychological Association* (APA), resiliensi dapat dipahami sebagai proses sekaligus hasil dari kemampuan individu dalam menyesuaikan diri secara efektif terhadap pengalaman hidup yang sulit atau penuh tekanan. Kemampuan ini tercermin melalui fleksibilitas dalam aspek mental, emosional, dan perilaku, serta kapasitas untuk beradaptasi dengan berbagai tuntutan, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungan. Tingkat keberhasilan individu dalam menghadapi kondisi yang penuh kesulitan dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah bagaimana cara individu memaknai dan merespons lingkungannya, ketersediaan serta kualitas dukungan sosial yang dimiliki, serta strategi koping yang digunakan dalam menghadapi tekanan.

Saat menghadapi bencana, resiliensi penting karena berperan dalam menentukan kemampuan penyintas untuk mengatasi dan mengelola dampak psikologis yang muncul, menjaga keberlangsungan fungsi kehidupan sehari-hari, serta bangkit dan menata kembali kehidupannya setelah peristiwa tersebut. Snyder dan Lopez (2002) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang tidak terbentuk secara instan, melainkan melalui suatu proses dinamis yang melibatkan interaksi antara berbagai faktor dalam kehidupan individu. Dalam proses terbentuknya resiliensi, terdapat beberapa elemen kunci yang berperan, yaitu risiko, faktor risiko, aset atau sumber daya, serta faktor protektif.

Risiko mengacu pada kemungkinan munculnya kondisi yang tidak diinginkan, sedangkan faktor risiko merupakan karakteristik yang dapat meningkatkan dampak negatif dari situasi tersebut. Di sisi lain, aset atau sumber daya mencakup kemampuan individu, baik yang bersifat internal maupun eksternal, yang dapat dimanfaatkan dalam menghadapi kesulitan. Adapun faktor protektif merupakan aspek yang berfungsi memperkuat individu dalam merespons tekanan dan mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan (Snyder & Lopez, 2002).

Proses terbentuknya resiliensi dapat dipahami melalui dua model

utama, yaitu *variable-focused model* dan *person-focused model*. Dalam *variable-focused model*, resiliensi dipandang sebagai hasil dari interaksi antara karakteristik individu, lingkungan, serta pengalaman hidup. Faktor-faktor seperti kepribadian, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, pola asuh, serta kondisi lingkungan sosial saling berinteraksi dalam membentuk kemampuan adaptasi individu. Kualitas interaksi dari faktor-faktor tersebut akan menentukan tingkat resiliensi seseorang; interaksi yang positif cenderung memperkuat resiliensi, sedangkan interaksi yang negatif dapat menghambatnya. Oleh karena itu, upaya peningkatan resiliensi dapat dilakukan dengan memperkuat aset dan faktor protektif serta mengurangi faktor risiko yang ada (Snyder & Lopez, 2002).

Sementara itu, *person-focused model* menekankan pada bagaimana individu merespons dan berkembang ketika menghadapi situasi sulit. Model ini mengidentifikasi resiliensi berdasarkan tingkat risiko yang dihadapi dan kemampuan adaptasi yang dimiliki individu. Seseorang dikatakan resilien apabila mampu menunjukkan kompetensi dan kemampuan adaptasi yang tinggi meskipun berada dalam kondisi yang penuh tekanan atau risiko tinggi. Dengan demikian, resiliensi tidak hanya ditentukan oleh adanya kesulitan, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam mengelola dan merespons kesulitan tersebut secara efektif (Snyder & Lopez, 2002).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Apriyanto dan Setyawan (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar responden di Desa Sriharjo Imogiri (60,2%) memiliki tingkat resiliensi yang tinggi pascabencana banjir. Meskipun demikian, individu yang mengalami bencana banjir, terutama secara berulang, tetap berisiko mengalami gangguan psikologis seperti depresi hingga gangguan stres pascatrauma (PTSD). Kondisi ini menunjukkan pentingnya penanganan bencana tidak hanya dari aspek fisik, tetapi juga dari perspektif psikologis, salah satunya melalui penguatan resiliensi masyarakat. Upaya ini dapat dilakukan dengan mendorong kemampuan individu dan komunitas untuk belajar, beradaptasi, serta berorganisasi dalam menghadapi bencana. Selain itu, spiritualitas juga berperan penting sebagai sumber kekuatan psikologis, karena membantu individu memaknai pengalaman hidup,

menghubungkannya dengan aspek transenden, serta meningkatkan kemampuan dalam menghadapi tekanan dan situasi stres (Christian & Suryadi, 2022).

Temuan tersebut juga tercermin pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti. Sebagian besar narasumber mengungkapkan bahwa mereka mengandalkan doa, meningkatkan ibadah, serta berserah diri kepada Tuhan untuk menghadapi bencana. Para penyintas memaknai bencana sebagai ujian maupun takdir dari Tuhan sehingga membantu mereka menerima kondisi yang dialami. Beberapa narasumber juga menyampaikan bahwa pengalaman tersebut justru meningkatkan kedekatan mereka dengan Tuhan, yang memberikan ketenangan, kekuatan, dan motivasi untuk bangkit dari berbagai kesulitan pascabencana.

Pargament (1997) mendefinisikan spiritualitas sebagai pencarian akan yang suci, yang sangat penting baik dalam maupun di luar konteks spiritual. Berbeda dengan agama, yang mungkin melibatkan berbagai pencarian suci dan sekuler, spiritualitas secara khusus berfokus pada yang suci, membantu individu menemukan makna yang lebih dalam, dalam hidup dan kematian melalui hubungan pribadi dan interpersonal. Spiritualitas dianggap sangat penting dalam menghadapi tantangan hidup dan memahami penyebabnya, serta memengaruhi mekanisme penyesuaian diri dan respons terhadap berbagai peristiwa kehidupan.

Spiritualitas didefinisikan sebagai kesadaran atau keyakinan akan adanya kekuatan atau energi yang lebih tinggi yang menginspirasi seseorang untuk mencari makna dan tujuan di luar diri mereka sendiri (Nelson, 2009). Spiritualitas yang baik pada seseorang berkaitan dengan kemampuan untuk mengatasi kesulitan, tantangan, dan masalah. Dalam konteks bencana, spiritualitas dapat memberikan rasa ketenangan, harapan, dan tujuan hidup yang lebih besar, sehingga membantu individu menghadapi situasi sulit dengan lebih baik (Widiyanta & Purba, 2018). Keyakinan spiritual juga dapat menjadi sumber dukungan emosional yang kuat, memberikan kekuatan tambahan untuk mengatasi stres dan trauma (Cahyani & Akmal, 2017). Dengan demikian, spiritualitas dapat memengaruhi resiliensi individu dalam menghadapi bencana

dan tantangan hidup lainnya.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas, dapat terlihat bahwa tingkat resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu cenderung berbeda-beda. Resiliensi dalam menghadapi bencana adalah kemampuan seseorang untuk mengelola stres dengan baik, yang sangat penting bagi para penyintas bencana. Kemampuan ini tidak hanya melibatkan kekuatan fisik, tetapi juga kekuatan mental dan emosional, sehingga seseorang dapat bangkit kembali dan menghadapi tantangan dengan lebih baik (Apriyanto & Setyawan, 2020). Resiliensi memainkan peran penting dalam membantu individu memulihkan keseimbangan dalam hidup mereka, mengurangi dampak negatif bencana, dan mempercepat proses pemulihan (Setioputro dkk., 2024). Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh berbagai kondisi dan sumber daya yang dimiliki individu dalam menghadapi situasi sulit, termasuk pengalaman, lingkungan, serta kekuatan psikologis yang dimilikinya.

Salah satu hal yang membuat masyarakat lebih resilien adalah spiritualitas. Karena dirinya percaya bahwa Tuhan adalah penolong dalam setiap kesengsaraan yang dirasakan dan manusia sendiri tidak dapat menyelesaikan semua kesengsaraan yang ada (Rahmanisa dkk., 2021). Spiritualitas adalah proses pencarian makna, tujuan, moralitas, dan kesejahteraan dalam hubungannya dengan diri sendiri, orang lain, dan realitas hakiki. Individu dengan spiritualitas tinggi ditandai dengan fleksibilitas, tingkat kesadaran yang tinggi, kemampuan menoleransi penderitaan dengan baik, kemampuan mengatasi rasa takut, kemampuan memahami masalah dengan baik dan bertanggung jawab (Pietersz, 2023).

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk melihat hubungan antara spiritualitas dan resiliensi. Penelitian oleh Rahmawati dan Gati (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan tingkat resiliensi pada masyarakat penyintas bencana banjir di Kelurahan Joyotakan Kota Surakarta. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian oleh Setioputro dkk (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat spiritualitas dan resiliensi bencana dalam masyarakat. Hubungan antara spiritualitas dan ketahanan bencana menunjukkan adanya

hubungan sebab-akibat yang positif. Selain itu, penelitian oleh Gutierrez-Rojas dkk. (2025) ditemukan juga bahwa spiritualitas, khususnya keyakinan spiritual, memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi pada pasien kanker, terlepas dari tingkat pendidikannya. Temuan ini memperkuat perlunya mengintegrasikan pendekatan spiritual dalam perawatan psiko-onkologi guna mendukung kesejahteraan emosional pasien.

Meskipun sejumlah penelitian menunjukkan hubungan positif antara spiritualitas dan resiliensi, temuan ini tidak selalu konsisten. Penelitian oleh Sanli dan Kerkez (2024) menunjukkan bahwa spiritualitas tidak memiliki pengaruh langsung terhadap resiliensi, melainkan berperan secara tidak langsung melalui mekanisme psikologis lain. Studi pada penyintas gempa di Turki tahun 2024 menunjukkan bahwa spiritualitas tidak selalu berpengaruh langsung terhadap resiliensi. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara spiritualitas dan resiliensi bersifat kompleks, kontekstual, dan tidak selalu linear.

Dinamika yang kompleks antara spiritualitas dan resiliensi mendorong peneliti untuk mengkaji lebih lanjut peran spiritualitas dalam membentuk kemampuan individu menghadapi situasi sulit, khususnya pada penyintas bencana. Pada penyintas bencana banjir di Sumatra, terdapat perbedaan kemampuan individu dalam bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari kondisi yang dialami. Salah satu aspek yang diduga turut berperan dalam membentuk perbedaan tersebut adalah spiritualitas. Spiritualitas dapat menjadi sumber makna, harapan, serta kekuatan batin yang membantu individu dalam menghadapi tekanan dan memaknai pengalaman traumatis yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas, beberapa penelitian relevan menunjukkan adanya hubungan antara spiritualitas dan resiliensi, terdapat ketidakkonsistenan dalam temuan empiris, di mana sebagian studi menunjukkan bahwa spiritualitas tidak selalu berpengaruh secara langsung terhadap resiliensi, bahkan dalam beberapa kondisi tidak berkaitan secara signifikan dengan penyesuaian psikologis pascabencana. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara spiritualitas dan resiliensi bersifat kompleks serta dipengaruhi oleh berbagai faktor. Terlebih, bencana banjir di Sumatra baru

terjadi pada akhir tahun 2025, sehingga masih diperlukan kajian lebih lanjut untuk memahami kondisi psikologis penyintas dalam konteks tersebut, khususnya terkait peran spiritualitas dalam membentuk resiliensi. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi pada penyintas bencana banjir di Sumatra.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, teori, dan penelitian sebelumnya, maka identifikasi masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bencana banjir yang terjadi di wilayah Sumatra pada akhir tahun 2025 menyebabkan berbagai dampak fisik, sosial, ekonomi, dan psikologis bagi masyarakat, seperti kerusakan tempat tinggal, kehilangan harta benda, terganggunya aktivitas sehari-hari, serta munculnya tekanan psikologis pada penyintas.
2. Temuan pada studi pendahuluan menunjukkan bahwa penyintas bencana banjir mengalami berbagai kondisi psikologis, seperti stres, trauma, ketakutan, dan kesedihan. Penyintas juga kehilangan tempat tinggal, maupun sumber mata pencaharian, serta terganggunya aktivitas dan fungsi sehari-hari. Selain itu, kondisi psikologis yang dialami penyintas juga berbeda-beda, di mana sebagian individu mampu bertahan dan menyesuaikan diri, sedangkan sebagian lainnya mengalami kesulitan dalam menghadapi dampak bencana.
3. Salah satu faktor internal yang diduga memengaruhi resiliensi pada penyintas bencana banjir adalah spiritualitas. Individu yang memiliki spiritualitas tinggi cenderung lebih mampu menemukan makna, harapan, ketenangan, dan kekuatan dalam menghadapi situasi sulit akibat bencana.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dipaparkan, peneliti membatasi penelitian ini pada pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi pada penyintas bencana banjir di Sumatra.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan urgensi dan permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi pada penyintas bencana banjir di Sumatera?

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh spiritualitas terhadap resiliensi pada penyintas bencana banjir di Sumatera.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kajian literatur dalam bidang psikologi dan dapat bermanfaat sebagai acuan peneliti lain untuk melakukan penelitian lanjutan.

1.6.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan manfaat praktis sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan data empiris mengenai hubungan antara spiritualitas dan resiliensi dalam populasi penyintas bencana banjir.
2. Bagi relawan, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar penyusunan program pemulihan psikologis yang mempertimbangkan peran spiritualitas.
3. Bagi penyintas dan masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang proses psikologis yang terjadi setelah bencana dan pentingnya faktor protektif seperti spiritualitas.