

## **DINAMIKA TRAUMA PSIKOLOGIS PADA REMAJA PENYITAS ERUPSI GUNUNG MERAPI**

**Laily Nur Rahmawati<sup>1</sup>, Triyono<sup>2</sup>**

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, Pucangan,

Kec. Kartasura, Kab. Sukoharjo Jawa Tengah<sup>1,2</sup>

e-mail: [tryonoalarief@staff.uinsaid.ac.id](mailto:tryonoalarief@staff.uinsaid.ac.id)

### **ABSTRAK**

Indonesia merupakan negara yang sangat rentan terhadap bencana alam, khususnya erupsi gunung berapi, akibat letak geografisnya yang berada di pertemuan empat lempeng tektonik dan berada pada jalur Cincin Api Pasifik. Salah satu wilayah yang paling terdampak adalah Desa Balerante di lereng tenggara Gunung Merapi, yang termasuk dalam Kawasan Rawan Bencana III (KRB III). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika trauma psikologis pada remaja penyintas erupsi Gunung Merapi dengan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis. Tiga orang remaja dipilih sebagai informan melalui proses skrining PTSD. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan teknik coding dan interpretasi deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa para informan mengalami berbagai bentuk trauma psikologis, seperti mimpi buruk, kecemasan, penghindaran terhadap ingatan bencana, serta perubahan cara pandang terhadap kehidupan dan bencana. Faktor penting yang membantu proses pemulihan trauma adalah dukungan keluarga serta pandangan positif terhadap pengalaman bencana. Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap aspek psikologis penyintas bencana, khususnya remaja, guna mendukung proses pemulihan dan meningkatkan kesiapsiagaan menghadapi bencana di masa depan.

**Kata kunci:** Trauma Psikologis, Erupsi Merapi, Penyintas

### **ABSTRACT**

*Indonesia is one of the countries most vulnerable to natural disasters due to its unique geographical location at the convergence of four major tectonic plates Asian, Australian, Indian Ocean, and Pacific and the presence of the Pacific Ring of Fire. One of the most active volcanoes in the region is Mount Merapi, which has a long history of eruptions, including significant events in 2010, 2016, and 2018. Balerante Village in Kemalang District, Klaten Regency, is among the high-risk zones frequently affected by Merapi's eruptions. The residents, including adolescents, often face repeated evacuations and severe disruptions to their daily lives. These experiences pose serious psychological challenges, particularly in the form of trauma. This study explores the psychological trauma experienced by adolescent survivors of Mount Merapi's eruptions in Balerante Village. Using a qualitative research method with a phenomenological approach, the study involved three participants who were selected based on PTSD screening results. Data were collected through in-depth interviews and analyzed through coding and thematic interpretation. The findings reveal that all participants experienced significant traumatic effects, including flashbacks, avoidance behavior, anxiety, and varying perceptions of the disaster. While some showed resilience and readiness for future disasters, others expressed fear and a desire to relocate. Family support emerged as a key factor in psychological recovery, helping participants manage their emotional responses and develop adaptive coping strategies. This study highlights the importance of mental health interventions and family-based support systems in disaster-prone areas.*

**Keywords:** Psychological Trauma, Merapi Eruption, Survivors

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang sangat rentan terhadap bencana alam. Hal ini disebabkan oleh letak geografinya yang unik, sebagai negara kepulauan yang berada di persimpangan empat lempeng tektonik utama: Asia, Australia, Samudera Hindia, dan Pasifik. Selain itu, di bagian selatan dan timur Indonesia, terdapat jalur gunung berapi yang membentang dari Sumatera, Jawa, Nusa Tenggara, hingga Sulawesi. Kondisi geografis ini menjadikan Indonesia memiliki potensi besar untuk bencana seperti letusan gunung berapi, banjir, tanah longsor, gempa bumi, dan tsunami (Aryuni, 2023). Selain itu Indonesia juga memiliki beberapa gunung berapi yang sangat aktif di dunia. Gunung-gunung ini termasuk dalam wilayah yang disebut Cincin Api. Salah satu gunung berapi yang paling sering meletus di Indonesia adalah Gunung Merapi. Aktivitas gunung ini telah tercatat sejak tahun 1900 dan masih berlanjut hingga sekarang, dengan periode istirahat yang singkat, biasanya tidak lebih dari 3,5 tahun (Widodo et al., 2018)

Salah satu daerah yang rawan terdampak bencana letusan Gunung Merapi adalah Desa Balerante terletak di Kecamatan Kemalang, Kabupaten Klaten Jawa Tengah. Desa ini terletak di Kawasan kaki gunung merapi dari sisi tenggara. Kecamatan Kemalang di Kabupaten Klaten juga termasuk dalam tiga kawasan rawan bencana yang disebut KRB I, KRB II, dan KRB III. Pemerintah Kabupaten Sleman telah menetapkan 9 dusun di wilayahnya sebagai Kawasan Rawan Bencana III, yang seharusnya tidak digunakan sebagai tempat tinggal. Namun, meskipun demikian, kawasan ini masih dihuni. Meskipun Gunung Merapi meletus pada tahun 2010, penduduknya tetap memilih untuk tinggal di sana. (Widodo et al., 2018)

Bencana dapat menyebabkan berbagai dampak yang mengganggu kehidupan masyarakat. Secara psikologis, bencana bisa menimbulkan stres, trauma, dan ketakutan yang berkepanjangan. Selain itu, keselamatan jiwa juga terancam, terutama jika bencana terjadi secara tiba-tiba dan dalam skala besar (Adiyoso, 2018; Rahmawati & Rahmawati, 2022). Banyak korban kehilangan harta benda serta mata pencarian karena lahan pertanian, perkebunan, dan kawasan industri mengalami kerusakan (Rijanta et.al, 2018). Akibatnya, mereka kesulitan memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Bencana juga memberikan beban sosial yang berat, seperti perubahan dalam pola produksi dan perekonomian masyarakat.

Dalam beberapa kasus, kehilangan pekerjaan dan harta benda dapat meningkatkan tingkat kriminalitas. Selain itu, bencana mengubah dinamika dalam keluarga, menghambat komunitas dalam memberikan pelayanan, serta merusak tatanan sosial yang sudah ada. Oleh karena itu, kesiapsiagaan dalam menghadapi bencana menjadi sangat penting agar kita dapat melindungi diri dan meminimalkan dampak yang terjadi. (Nurlaili & Hizriani, 2022) Washington, DC American Psychiatric Association menjelaskan trauma psikologis merupakan kondisi yang muncul sebagai respons terhadap pengalaman-pengalaman yang mengguncang secara emosional atau mental.

Keadaan ini dapat memicu stres berat dan berdampak negatif dalam jangka panjang terhadap kesehatan mental seseorang. Pengalaman traumatis tersebut bisa mencakup peristiwa seperti kekerasan fisik atau seksual, kecelakaan serius, kehilangan orang terdekat, atau situasi lain yang mengancam keselamatan maupun kesejahteraan individu (Kim, 2024). Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa trauma psikologis pada remaja penyintas bencana dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka, termasuk kesehatan mental, prestasi akademik, dan relasi sosial. Studi yang dilakukan oleh Wahyuni et al. (2020) yang meneliti dampak erupsi Merapi 2010 menemukan bahwa sebagian besar remaja penyintas menunjukkan gejala Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) dalam jangka panjang. Penelitian lain oleh Putri dan Maharani (2019) menunjukkan bahwa trauma pascabencana pada remaja berkorelasi

dengan penurunan kepercayaan diri, rasa aman, dan meningkatnya kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Trauma psikologis merupakan kondisi kejiwaan seseorang yang muncul karena mengalami kejadian yang sangat menyakitkan atau mengejutkan. Kejadian seperti ini bisa dialami sekali atau berulang kali, dan bisa berlangsung dalam waktu yang lama. Hal ini membuat seseorang kesulitan untuk mengendalikan perasaannya dan berpikir dengan jernih. Jika seseorang sering mengalami kejadian traumatis, seperti kekerasan, pemerkosaan, ancaman, perang, atau bencana alam, maka kemungkinan besar ia akan mengalami trauma. Trauma bisa dialami siapa saja, tanpa memandang usia, ras, atau waktu. Pengalaman traumatis ini juga bisa menyebabkan perubahan pada struktur dan cara kerja otak, terutama dalam merespons stres. (Nihayah et al., 2022)

Dari penjabaran latar belakang penelitian mengenai dinamika Trauma Psikologis pada remaja penyitas bencana erupsi Gunung Merapi menyoroti pentingnya pemahaman terhadap dampak psikologis yang ditimbulkan oleh bencana alam. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi berbagai aspek dalam dinamika Trauma Psikologis pada remaja penyitas bencana erupsi Gunung Merapi, termasuk faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan Trauma Psikologis dan gejala yang dialami.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, menurut Bogdan dan Taylor dalam (Waruwu, 2023), menjelaskan penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang menghasilkan data dalam bentuk deskripsi, baik melalui tulisan maupun ucapan dari orang-orang yang diteliti. Penelitian juga dilakukan dengan pendekatan fenomenologi. Moleong (2019) menjelaskan fenomenologi adalah suatu penelitian ilmiah yang mengkaji dan menyelidiki suatu peristiwa yang dialami oleh seorang individu, sekelompok individu, atau sekelompok makhluk yang hidup.

Lokasi penelitian berada di Desa Balerante, Kecamatan Kemalang, Kabupaten Klaten Jawa Tengah, di mana Desa ini merupakan daerah yang masuk dalam Kawasan Rawan Bencana (KRB) 3 Gunung Merapi. Informan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang. Informan dipilih dengan berdasarkan hasil *screening* dengan menggunakan alat ukur PTSD dari *PTSD CheckList – Civilian Version (PCL-C)*.

**Tabel.1. Informan**

Informan	Usia	Skor
GT	21	Sedang
NV	17	Tinggi
PN	20	Tinggi

Proses pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara mendalam. Hasil wawancara kemudian dianalisis data dengan melakukan tahapan, verbatim, coding, interpretasi dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian disajikan secara deskriptif dan dianalisis berdasarkan temuan yang ada di lapangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### Riwayat Bencana

Desa Balerante merupakan desa yang berada di Kawasan Rawan Bencana (KRB) III yaitu kawasan yang sangat berpotensi/sering terlanda awan panas, aliran lava, lontaran bom vulkanik, gas beracun maupun guguran batu (pijar). Sehingga masyarakat di Desa Balerante rentan terhadap bencana dan mempunyai potensi mengalami Trauma Psikologis akibat dari bencana. Berdasarkan hasil penelitian, ketiga subjek dalam penelitian ini mengalami riwayat bencana Merapi pada tahun 2010, kemudian erupsi 2016 dan erupsi pada tahun 2018. Di mana pada periode tersebut semua subjek diharuskan mengungsi untuk beberapa waktu. Periode pengungsian yang paling panjang terjadi pada tahun 2010. Subjek berada di pengungsian lebih dari satu tahun.

Selama di pengungsian ketiga subjek memiliki memori yang membekas dalam diri subjek, sehingga memunculkan trauma tersendiri bagi ketiga subjek. Kemudian dampak dari bencana Merapi 2010, membuat keluarga subjek kehilangan harta benda sehingga mereka harus memulai hidup dari bawah kembali.

#### Mengalami kembali peristiwa

Salah satu dampak yang dialami oleh subjek adalah dampak psikologis trauma yaitu dalam bentuk seperti mengalami kembali peristiwa pada masa lalu. Subjek GT, awalnya masih sering mengalami mimpi buruk yang mengingatkan kembali peristiwa bencana Merapi. Untuk sekarang ini mimpi buruk tersebut mulai jarang muncul kembali. Mimpi buruk juga dialami oleh Subjek NV, pengalaman di pengungsian sering kali menganggu mimpi Subjek NV. Berbeda dengan Subjek PN, subjek merasa tidak pernah mengalami memori berulang tentang peristiwa bencana.

*"Iya dulu suka kebawa mimpi, tapi gak terlalu. Kalo sekarang jarang"*

*"Iya, ngungsi di balai desa...Satu sampai 2 minggu..Enak di rumah."*

#### Menghindari hal-hal yang berhubungan dengan peristiwa bencana

Salah satu respons terhadap trauma psikologis adalah kecenderungan untuk menghindari hal-hal yang berhubungan dengan kejadian traumatis, seperti menghindari aktivitas, pikiran, atau percakapan yang mengingatkan kembali peristiwa bencana. Karakteristik ini muncul pada dalam diri Subjek NV dan PN. Subjek NV memilih menghindari percakapan tentang peristiwa bencana yang pernah dialaminya. Subjek cenderung menghindari pembicaraan ketika disinggung tentang bencana. Kemudian subjek PN, juga mengalami hal yang sama. Subjek NV memilih tidak terbuka jika berbicara tentang peristiwa bencana Merapi dengan teman sebayanya. Subjek enggan untuk menceritakan pengalamannya dalam menghadapi bencana karena bagi subjek PN hal itu akan mengingatkan kesedihan tersendiri bagi subjek dan subjek merasa malu atas kondisi yang dialaminya. Berbeda dengan subjek GT, subjek terbuka dengan siapa saja untuk menceritakan kembali peristiwa bencana yang dialaminya.

*"Enggak, emang gak dibicarain aja. "Dulu iya, sekarang engga.Ya cuma kaya tadi malem merapi mengeluarkan ini lagi gitu."*

*"Nggak mbak, menghindari mbak.Nggak pernah dan belum pernah mbak ngumpul itu bahas 2010 itu nggak pernah.*

*“Malu sih pasti ada gimana ya”*

### Kecemasan

Dampak dari bencana Merapi membawa kecemasan bagi ketiga subjek. Subjek GT, sampai saat ini masih memiliki kecemasan yang masih berulang yaitu tiap kali subjek mendengar suara truk, pesawat, dan klakson kendaraan dari atas membawa kecemasan kembali pada diri subjek. Subjek merasa suara tersebut seperti suara gemuruh merapi sedang erupsi kembali. Subjek NV, juga mengalami hal yang sama. Bencana erupsi yang bisa terjadi kapan saja membuat subjek terus merasa was-was. Subjek tidak siap ketika harus kembali ke pengungsian karena bagi subjek kondisi tempat pengungsian yang kurang nyaman semakin memperburuk kecemasannya, terutama ketika ia sulit tidur dan terus-menerus merasa khawatir tentang apa yang mungkin terjadi. Begitupun dengan Subjek PN, subjek merasakan kecemasan yang cukup besar terkait dengan kondisi rumahnya yang hancur dan pengalaman buruk di pengungsian. Kecemasan ini juga muncul kembali setiap kali ia melihat aktivitas vulkanik di Merapi atau mendengar suara gemuruh dari gunung tersebut. Subjek PN merasa masih memiliki traumatis tersendiri sampai sekarang ini. Sehingga ketika merapi dalam kondisi erupsi kecil subjek tetap cemas dan takut akan terulang peristiwa bencana 2010.

*“Seinget saya ya, itu malem malem, gemuruhnya kedengeran sampe sini padahal jauh. Warganya karena panik pergi sendiri sendiri. Karena hujan abu campur air, gelap gulita gaada penerangan. Tapi semisal ada truk yang suaranya geter gitu atau pesawat, langsung kaya apa nih? gunung?”*

*“Iya was-was. Kadang bisa engga tidur. Takut aja lari-lari gitu.”*

*“Masih ada rasa trauma, rasa takut masih ada sampe sekarang, suara guncangannya. Kalo lihat gunung aja tu kepikiran.”*

### Pandangan terhadap Bencana

Pandangan terhadap bencana menjadi hal yang penting tentang kesiapsiagaan dan mempersiapkan ketahanan psikologis. Pandangan yang positif menjadi strategi coping untuk cepat pulih dari trauma. Subjek GT, menilai bahwa meski desa rawan bencana subjek memilih tetap tinggal di Desa Balerante. Subjek GT memilih untuk lebih mempersiapkan diri dengan baik dan belajar dari pengalaman sebelumnya untuk menghadapi bencana. Subjek mengaku sudah mengantisipasi apabila merapi akan mengalami erupsi besar seperti tahun-tahun sebelumnya. Begitupun dengan Subjek NV, subjek merasa siap ketika kembali terjadi bencana sehingga dirinya memilih tetap tinggal di Desa dengan segala macam ancaman bencana. Berbeda dengan Subjek PN, subjek merasa ingin keluar dari desa. Subjek takut ketika kembali terjadi bencana akan menghancurkan kembali harta benda keluarganya.

*“Iya tapi mungkin kaya udah punya antisipasi masing-masing karena pengalamannya sebelumnya. Bikin kita jadi ada pembelajaran”*

*“Bangga.” Nggak, disini aja. Nyaman disini.”*

### Dukungan Keluarga

Dari hasil penelitian diperoleh dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam proses pemulihan trauma bencana pada diri subjek. Subjek GT, membangun komunikasi dengan baik kepada keluarga. Subjek selalu menceritakan kondisi yang dialaminya kepada pihak keluarga. Hal itu yang menjadikan subjek mendapatkan *support* dari kelurga. Kemudian pada Subjek NV, mendapatkan dukungan yang kuat dari keluarganya. Meskipun mereka tidak selalu membicarakan strategi khusus untuk menghadapi erupsi, komunikasi di antara anggota

keluarga tetap berjalan baik, dan mereka saling mendukung satu sama lain. Hal itu juga yang terjadi pada Subjek PN, subjek merasa didukung oleh orang tuanya dan saudara-saudaranya, baik selama masa di pengungsian dan dalam proses pemulihan pasca-bencana.

*"Cerita ke bapak sih, Tergantung masalahnya apa si. Masalah yang belum bisa saya selesaikan sendiri."*

*"Sering komunikasi sama orangtua dan teman-teman.*

*"Ya sering bersosialisasi gitu."*

*"Sering ke keluarga sih mbak. Support orang tua."*

## Pembahasan

Trauma psikologis merupakan respons mental yang muncul setelah seseorang mengalami peristiwa yang mengancam keselamatan dirinya atau orang terdekat, seperti bencana alam. Dalam konteks bencana erupsi Merapi yang terjadi di Desa Balerante, trauma psikologis menjadi isu penting karena masyarakat mengalami berbagai kejadian menegangkan seperti pengungsian mendadak, kehilangan tempat tinggal, dan ketidakpastian hidup. Pengalaman semacam ini dapat meninggalkan jejak mendalam dalam ingatan dan memengaruhi kondisi emosional seseorang bahkan bertahun-tahun setelah kejadian. Letusan Gunung Merapi, yang merupakan salah satu gunung berapi paling aktif di dunia, menyebabkan kerugian besar berupa hilangnya nyawa, rumah, dan mata pencarian, yang dapat berdampak jangka panjang pada kondisi psikologis para korban. Berdasarkan hasil wawancara diperoleh bahwa ketiga subjek mengalami traumatis akibat bencana merapi yang terjadi pada tahun 2010, 2016, dan 2018.

Temuan dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa individu yang pernah mengalami bencana besar seperti erupsi Merapi cenderung menyimpan memori traumatis yang mudah muncul kembali. Misalnya, subjek GT masih sering mengalami kecemasan saat mendengar suara keras seperti suara truk, pesawat, dan klakson kendaraan yang menyerupai suara letusan gunung. Hal ini dikenal sebagai *trigger* atau pemicu trauma, di mana suara atau suasana tertentu memicu kembali rasa takut. Kondisi ini sesuai dengan penjelasan Purborini (2016) bahwa trauma psikologis pasca bencana sering muncul dalam bentuk mimpi buruk, kilas balik (flashback), dan respons berlebihan terhadap rangsangan sensorik. Kejadian-kejadian tersebut memperlihatkan bagaimana otak manusia menyimpan dan memproses pengalaman traumatis, sehingga walau peristiwa telah berlalu, efek emosionalnya tetap nyata dan mengganggu kehidupan sehari-hari.

Bentuk lain dari trauma psikologis adalah penghindaran terhadap hal-hal yang mengingatkan individu pada peristiwa traumatis. Dalam penelitian ini, subjek NV dan PN menunjukkan kecenderungan untuk menghindari pembicaraan tentang peristiwa erupsi. Penghindaran ini merupakan mekanisme pertahanan diri agar individu tidak harus merasakan kembali ketakutan atau kesedihan yang pernah mereka alami. Studi Pratiwi et al. (2010) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa remaja yang mengalami trauma cenderung menutup diri dan tidak terbuka dalam membicarakan pengalaman mereka. Penarikan diri dari interaksi sosial ini dapat memperparah kondisi psikologis karena individu kehilangan peluang untuk mendapatkan dukungan emosional yang sangat mereka butuhkan dalam proses

pemulihan. Berbeda dengan mereka, GT terbuka untuk menceritakan kembali pengalaman bencananya, yang bisa menjadi bagian dari proses pemulihannya.

Selain penghindaran, kecemasan berlebih juga menjadi salah satu gejala utama dari trauma psikologis pasca-bencana. Dalam penelitian ini, ketiga subjek mengalami kecemasan seperti merasa cemas setiap kali mendengar suara truk, pesawat, atau klakson, yang mengingatkannya pada suara gemuruh Merapi. Merasa was-was tentang kemungkinan kembali ke pengungsian yang tidak nyaman, membuatnya sulit tidur dan terus-menerus merasa khawatir. Hal ini sejalan dengan penelitian Putri et al. (2018) menyatakan bahwa remaja yang pernah tinggal di pengungsian akibat erupsi Merapi menunjukkan tingkat kecemasan tinggi meskipun waktu telah berlalu. Selain itu Hawari (2011) juga menjelaskan, stres yang disebabkan oleh trauma akibat bencana alam yang dialami korban dapat memicu gangguan mental, seperti kecemasan, depresi, dan psikosis (Ernawati & Panjaitan, 2020).

Pandangan individu terhadap bencana memengaruhi cara mereka menghadapi trauma. Dalam studi ini, subjek GT dan NV menunjukkan sikap positif terhadap bencana, dengan menganggapnya sebagai pembelajaran dan memilih untuk tetap tinggal di desa. Ini menunjukkan tingkat resiliensi psikologis yang baik. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan. Arianto et al. (2022) menjelaskan bahwa meskipun tidak selalu ada hubungan langsung antara dukungan keluarga dan resiliensi, mereka yang memiliki dukungan sosial cenderung lebih cepat pulih. Sementara itu, subjek PN merasa ingin pindah dari desa karena ketakutan kehilangan harta benda, yang mencerminkan adanya trauma yang belum terselesaikan sepenuhnya. Artinya, pemulihan psikologis tidak bisa disamaratakan, karena tiap individu memiliki daya tahan dan cara mengelola rasa takut yang berbeda.

Dukungan keluarga memainkan peranan penting dalam pemulihan trauma psikologis. Ketiga subjek dalam penelitian ini merasa didukung oleh keluarganya, baik secara emosional maupun dalam komunikasi sehari-hari. Subjek GT secara aktif menceritakan perasaan dan pikirannya kepada orang tuanya, yang kemudian memberikan dorongan dan rasa aman. Bastaman dalam (Aprily et al., 2022) menjelaskan dukungan sosial sebagai hadirnya orang-orang tertentu yang dapat memberikan nasehat, memotivasi, mengarahkan, memberi semangat, dan menunjukkan jalan keluar ketika sedang mengalami masalah. sejalan dengan hal itu Sarason menjelaskan dukungan diperoleh dari hubungan sosial yang akrab atau dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai, dan dicintai. (Aprily et al., 2022)

## KESIMPULAN

Dari penelitian ini, dapat disimpulkan dampak bencana erupsi Gunung Merapi terhadap masyarakat Desa Balerante yang berada di Kawasan Rawan Bencana (KRB) III berpotensi tinggi mengalami Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD). Berdasarkan hasil penelitian, ketiga subjek yang terlibat menunjukkan gejala PTSD yang bervariasi setelah menghadapi empat peristiwa bencana, yaitu erupsi Merapi pada tahun 2010, 2016, dan 2018. Trauma yang mereka alami ditandai oleh pengalaman kembali peristiwa bencana melalui mimpi buruk dan kecemasan, serta penghindaran hal-hal yang berhubungan dengan bencana tersebut.

Gejala kecemasan yang dialami oleh ketiga subjek juga beragam, seperti GT dan NV yang merasa cemas setiap mendengar suara yang mengingatkan mereka pada bencana,

sementara PN merasa cemas terkait kemungkinan kehancuran rumah dan kehilangan harta benda. Dukungan keluarga terbukti berperan penting dalam proses pemulihan trauma mereka, dengan komunikasi yang baik antaranggota keluarga menjadi faktor yang memfasilitasi pemulihan emosional. Kesimpulannya, penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman bencana, dukungan keluarga, dan kesiapsiagaan dalam menghadapi risiko bencana berpengaruh signifikan terhadap kemampuan individu dalam mengatasi trauma dan PTSD.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adiyoso, W. (2018). Manajemen bencana: Pengantar dan isu-isu strategis. Bumi Aksara.
- Aprily, N. M., Insani, S. M., & Merliana, A. (2022). *Analisis Kecemasan Post Traumatic Stress Disorder (Ptsd) Pada Peserta Didik Pasca Pandemi Covid-19*. 2.
- Aryuni, M. (2023). *Post-Traumatic Stress Disorder Pada Penyintas Bencana Ganda*.
- Arianto, A. Y., Widayastuti, R. T., & Widayastuti, S. (2022). *Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas bencana alam*. Jurnal Psikologi Insight, 4(1), 23–31. <https://doi.org/10.32528/insight.v4i1.6768>
- Ernawati, D., & Panjaitan, R. U. (2020). *Gambaran Post Traumatic Stress Disorder Pada Korban Bencana Alam Post Erupsi Merapi Satu Dekade*. 3(2).
- Kim, D. L. (2024). Hubungan Trauma Psikologis Terhadap Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung 2022. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(8), 1615–1621. <Https://Doi.Org/10.33024/Jikk.V11i8.15425>
- Pratiwi, R., Hadi, S., & Suryani, N. (2010). *Dampak trauma psikologis pada remaja korban bencana Merapi*. Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada, 37(1), 55–64. <https://doi.org/10.22146/jpsi.733>
- Purborini, T. (2016). *Gejala trauma psikologis pada korban bencana alam di pengungsian*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 5(2), 45–54. <https://doi.org/10.20473/jpkkm.v5i2.2016.45-54>
- Putri, A. Y., Wahyuningsih, D., & Susanto, H. (2018). *Kecemasan pada remaja yang tinggal di wilayah rawan bencana erupsi gunung Merapi*. Jurnal Empati, 7(1), 47–54. <https://doi.org/10.14710/empati.v7i1.22650>
- Nihayah, U., Latifah, M. M. U., Nafisa, A., & Qori'ah, I. (2022). *Konseling Traumatik : Sebuah Pendekatan Dalam Mereduksi Trauma Psikologis*. 1(2).
- Nurlaili, N., & Hizriani, H. (2022). Dampak Erupsi Gunung Berapi Bagi Kesehatan Mental Masyarakat. *Galenical : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(4), 117. <Https://Doi.Org/10.29103/Jkkmm.V1i4.17476>
- Rahmawati, I., & Rahmawati, A. (2022). Mengenal Psikologi Bencana. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Rijanta, R., Hizbaron, D. R., & Baiquni, M. (2018). Modal sosial dalam manajemen bencana. UGM PRESS.
- Waruwu, M. (2023). *Pendekatan Penelitian Pendidikan: Metode Penelitian Kualitatif, Metode Penelitian Kuantitatif Dan Metode Penelitian Kombinasi*. 7.
- Widodo, D. R., Nugroho, S. P., & Asteria, D. (2018). Analisis Penyebab Masyarakat Tetap Tinggal Di Kawasan Rawan Bencana Gunung Merapi (Studi Di Lereng Gunung Merapi

Kecamatan Cangkringan, Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta). *Jurnal Ilmu Lingkungan*, 15(2), 135. <Https://Doi.Org/10.14710/Jil.15.2.135-142>