

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengalaman

2.1.1 Definisi Pengalaman

Pengalaman merupakan salah satu hasil yang diperoleh manusia dari interaksinya dengan lingkungan. Pengalaman ini memuat beragam hal yang dapat dipelajari, salah satunya adalah dalam mengetahui lebih jauh mengenai pemahaman mengenai manusia itu sendiri (Darmawan, 2013). Pengalaman, dalam arti fundamentalnya, adalah yang menempatkan kita dalam permainan diri kita sendiri, memodifikasi kita secara mendalam dengan cara menyeberangi, bertahan, dan melewatinya, setelahnya kita tidak akan pernah sama lagi: menjalani penyakit, berkabung, sukacita, mencintai, bepergian, menulis buku, melukis adalah "pengalaman" dalam pengertian filosofis yang pertama, pasti sederhana, namun demikian sepele (Romano dalam Roth & Jornet, 2014).

Pengalaman menurut John Dewey harus dilihat sebagai proses yang sangat alamiah, asal-usulnya berlangsung pada tingkat kehidupan yang lebih rendah dalam proses alamiah lainnya. Pandangan tentang pengalaman harus satu, tidak ada pemisah antara pengalaman dalam bentuknya yang utama yaitu bentuk aktivitas yang utuh, Pengalaman adalah keseluruhan drama manusia dan mencakup segala proses "saling mempengaruhi" antara organisme yang hidup, lingkungan sosial dan fisik. Dewey mengatakan bahwa pengalaman bukannya suatu tabir yang menutupi manusia sehingga tidak melihat alam; pengalaman adalah satu-satunya jalan bagi manusia untuk memasuki rahasia-rahasia alam (Kasim, 2011). Pengalaman dapat diartikan

juga sebagai memori episodik, yaitu memori yang menerima dan menyimpan peristiwa yang terjadi atau dialami individu pada waktu dan tempat tertentu, berfungsi sebagai referensi otobiografi (Daehler & Bukatko, 1985).

Beberapa definisi pengalaman tersebut diatas menyimpulkan bahwa pengalaman adalah sesuatu yang pernah dijalani, dilewati, dirasakan dan dialami yang pada akhirnya akan memodifikasi individu setelahnya sehingga menjadi pribadi yang berbeda. Pengalaman akan tersimpan dalam memori manusia dan secara subyektif dapat dijadikan pembelajaran bagi kehidupan selanjutnya.

2.1.2 Pengalaman Manusia

Pengalaman bagi manusia dipahami sebagai sebuah upaya untuk memahami diri atau tubuhnya menuju sebuah perwujudan (*embodiment*). Perwujudan ini dalam pengertian representasi atas eksistensi manusia, masing-masing memiliki pengalaman yang berbeda dan unik satu sama lain (Darmawan, 2013). Berikut sub-kategori yang menunjukkan keunikan masing-masing individu dalam mengalami tubuhnya (*experiencing the body*), yaitu:

1. Experience of Engagement

Experience of Engagement merupakan pengalaman yang berkaitan dengan momentum saat tubuh mengalami kontak (*engage*) dengan dunia luar atau lingkungannya. Pengalaman ini membuat situasi tubuh terkategori menjadi dua sub-pengalaman, tubuh dalam vitalitas dan tubuh dalam aktifitas. Tubuh dalam vitalitas ini lebih kepada kontak secara non-fisik dengan lingkungan (seperti rasa sedih, rasa gembira), sementara tubuh dalam aktifitas lebih kepada kontak secara fisikal (seperti berlari, berjalan).

2. *Experience of Corporeality*

Experience of Corporeality merupakan bentuk kesadaran akan tubuh secara fisik dan hadir sebagai obyek ataupun sebagai alat atau instrumen. Tubuh sebagai obyek merujuk kepada batasan-batasan yang dimiliki tubuh (seperti sakit, rasa kenyang), yang serupa dengan batasan yang dimiliki oleh obyek lain (seperti batasan dimensi). Melalui batasan ini, akan diperoleh mengenai eksistensi atau kesadaran akan tubuh itu sendiri. Adapun tubuh sebagai alat adalah sebuah rujukan kepada kesadaran bahwa tubuh ini merupakan media untuk mencapai suatu atau beberapa tujuan (seperti sebuah televisi yang tidak akan menyala sebelum tubuh ini bergerak dan menekan tombol “ON/OFF”).

3. *Experience of Interpersonal Meaning*

Experience of Interpersonal Meaning adalah se bentuk pengalaman dimana tubuh dipahami dalam konteks relasi sosial maupun relasi simbolis. Dalam kategori pengalaman ini, tubuh memiliki sub-kategori sebagai tampilan/ penampilan (*appearance*), dan sebagai ekspresi diri (*self-expression*). Pengalaman ini lebih membangun kesadaran manusia dalam sebuah situasi sosial dan upaya yang dilakukan dalam menempatkan diri dalam situasi sosial tersebut. Hal ini kemudian berhubungan pula dengan upaya manusia untuk menjawab pertanyaan: “bagaimana saya melihat diri saya”, “bagaimana orang lain melihat saya”, “bagaimana saya ingin dilihat orang lain”.

2.1.3 Faktor yang mempengaruhi pengalaman

Setiap orang mempunyai pengalaman berbeda walaupun melihat suatu obyek yang sama, hal ini dipengaruhi oleh: tingkat pengetahuan, pendidikan seseorang, pelaku (faktor pada pihak yang mempunyai pengalaman), faktor obyek (target yang dipersepsikan) dan faktor situasi (dimana pengalaman itu dilakukan). Umur, tingkat pendidikan, latar belakang sosial ekonomi, budaya, lingkungan fisik, pekerjaan, kepribadian dan pengalaman hidup setiap individu juga ikut menentukan pengalaman (Notoatmojo dalam Saparwati, 2012).

2.2 Konsep Remaja

2.2.1 Definisi Remaja

Remaja menurut WHO adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 menyebutkan remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) remaja memiliki rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja merupakan periode terjadinya tumbuh kembang yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas dari remaja yaitu rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang (Kemenkes RI, 2015).

Santrock dalam Susanto (2018) menyatakan bahwa masa remaja adalah suatu periode perkembangan antara anak-anak dan dewasa dimana terjadi perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional. Remaja merupakan fase kehidupan yang

belum dapat digolongkan sebagai orang dewasa tetapi juga tidak dapat lagi digolongkan sebagai masa anak-anak. Monks menyebutkan bahwa remaja menunjukkan dengan jelas masa transisi atau peralihan karena remaja belum menjadi dewasa dan bukan pula anak-anak.

Istilah remaja itu sendiri berasal dari kata latin *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah ini mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik.

2.2.2 Kategori rentang usia remaja

Usia remaja menurut WHO adalah umur 10-19 tahun (WHO 2012) dan berdasarkan penggolongan usia, masa remaja terbagi atas:

1. Remaja awal / *early adolescent* (10-13 tahun)

Pada masa ini remaja secara fisik, emosi, kognitif dan perilaku masih seperti anak-anak. Tanda-tanda maturasi mulai muncul pada masa ini. Tumbuhnya rambut pubis dan aksila, pada remaja putri tumbuhnya puting susu dan menarche sudah dimulai, remaja laki-laki terjadi pertumbuhan penis dan testis, perubahan suara dan tumbuhnya kumis serta janggut. Mereka mulai sadar tentang perubahan seksualitasnya. Muncul rasa ingin tahu yang lebih terhadap sesuatu dan ingin mencoba sesuatu yang baru (alkohol, rokok, NAPZA, dan seksualitas).

2. Remaja menengah / *middle adolescent* (14-16 tahun)

Masa menengah ini remaja mulai mengembangkan pilihan terhadap peran dan cita-citanya. Banyak dipengaruhi oleh konflik internal, ketergantungan dan dipengaruhi oleh teman sepeergaulan.

3. Remaja akhir / *late adolescent* (17-19 tahun)

Pada masa ini remaja terlihat dan berperilaku seperti orang dewasa, tetapi kematangan kognitif, emosional dan perilakunya belum sepenuhnya mencapai tingkat kematangan. Remaja dapat membuat keputusan sendiri dan sudah mulai menikah dan berkeluarga.

2.2.3 Ciri-ciri masa remaja

Ciri-ciri yang umum yang dimiliki remaja adalah sebagai berikut:

1. Masa yang penting

Periode masa remaja menjadi lebih penting daripada periode lainnya mengingat adanya akibat yang langsung terhadap tingkah laku serta akibat jangka panjang. Baik akibat langsung maupun jangka panjang sama pentingnya bagi remaja karena adanya akibat fisik dan akibat psikologis.

Perkembangan yang cepat dan penting ini diiringi pula oleh cepatnya perkembangan mental, khususnya pada awal masa remaja. Atas semua perkembangan itu diperlukan penyesuaian mental dan pembentukan sikap, serta nilai dan minat baru.

2. Masa transisi

Transisi adalah masa peralihan yaitu apabila seorang anak beralih dari masa anak-anak menuju dewasa maka anak tersebut harus meninggalkan semua sifat kekanak-kanakan dan mempelajari pola tingkah laku dan sifat baru.

Apa yang telah terjadi akan membekas dan memengaruhi pola tingkah laku dan sikap yang baru. Osterrieth menjelaskan bahwa struktur psikis

anak remaja berasal dari masa anak-anak, dan banyak ciri umumnya dianggap sebagai ciri khas masa remaja sudah ada pada akhir masa anak-anak. Perubahan fisik terjadi selama tahun awal masa remaja akan berpengaruh pada masa selanjutnya. Pada setiap periode transisi, tampak ketidakjelasan status individu dan munculnya keraguan terhadap peran yang harus dijalaninya.

3. Masa Perubahan

Selama masa remaja, tingkat perubahan sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Perubahan yang terjadi pada masa remaja memang beragam, tetapi ada empat perubahan yang terjadi pada semua remaja:

- 1) Emosi yang tinggi. Intensitas emosi bergantung pada tingkat perubahan fisik dan psikologis yang terjadi, sebab pada awal masa remaja perubahan emosi terjadi lebih cepat.
- 2) Perubahan tubuh, minat dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial menimbulkan masalah baru.
- 3) Perubahan nilai-nilai sebagai konsekuensi perubahan minat dan tingkah laku.
- 4) Bersikap ambivalen terhadap setiap perubahan. Remaja menghendaki dan menuntut kebebasan, tetapi sering takut bertanggung jawab akan risikonya dan meragukan kemampuannya untuk mengatasi.

4. Masa bermasalah

Masalah remaja termasuk masalah yang paling sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Remaja ingin mengatasi masalahnya sendiri, namun banyak dari mereka yang menyadari bahwa penyelesaian yang ditempuhnya sendiri tidak selalu sesuai dengan harapan. Relevan dengan pernyataan yang disampaikan Anna Freud “Banyak kegagalan yang sering disertai akibat tragis, bukan karena ketidakmampuan individu, tapi kenyataan bahwa tuntutan yang diajukan kepadanya justru saat semua tenaga telah dihabiskan untuk mengatasi masalah pokok yang disebabkan oleh pertumbuhan dan perkembangan seksual normal.”

5. Masa pencarian identitas

Penyesuaian diri dengan standar kelompok dianggap jauh lebih penting bagi remaja daripada individualitas. Bagi remaja penyesuaian diri dengan kelompok pada tahun-tahun awal masa remaja adalah penting. Secara bertahap mereka mulai mengharapkan identitas diri dan tidak lagi merasa puas dengan adanya kesamaan dalam segala hal dengan teman-teman sebayanya.

6. Masa munculnya ketakutan

Persepsi negatif tentang remaja seperti tidak dapat dipercaya, cenderung merusak dan berperilaku merusak mengindikasikan pentingnya bimbingan dan pengawasan orang dewasa. Demikian pula terhadap kehidupan remaja muda yang cenderung tidak simpatik dan takut bertanggung jawab. Konsep diri dan sikap remaja terhadap dirinya sendiri

juga dipengaruhi oleh stereotip populer. Menurut pendapat Anthony stereotip juga berfungsi sebagai cermin yang ditegakkan masyarakat bagi remaja, yang menggambarkan citra diri remaja sendiri, yang lambat laun dianggap sebagai gambaran asli dan remaja membentuk perilakunya sesuai gambaran ini. Hal ini mengakibatkan banyak konflik antara orangtua dan remaja.

7. Masa yang tidak realistik

Remaja memandang diri sendiri dan orang lain berdasarkan keinginannya, bukan berdasarkan kenyataan yang sebenarnya.

8. Masa menuju masa dewasa

Saat usia kematangan semakin dekat, remaja merasa gelisah untuk meninggalkan stereotip usia belasan tahun yang indah disatu sisi, dan harus bersiap-siap menuju usia dewasa disisi lainnya. Kegelisahan itu timbul akibat kebimbangan tentang bagaimana meninggalkan masa remaja dan bagaimana pula memasuki masa dewasa. Mereka mencari sikap yang dipandang pantas untuk itu.

(Al-Mighwar, 2011).

2.2.4 Perkembangan Remaja

Aspek perkembangan pada masa remaja adalah:

1. Perkembangan Fisik

Hurlock (2001) menjelaskan bahwa perubahan fisik pada remaja memiliki perbedaan secara individual dan terdapat perbedaan seks yang sangat jelas. Anak laki-laki biasanya memulai pertumbuhan pesatnya lebih lambat daripada anak

perempuan, namun setelah masa puber kekuatan anak laki-laki melebihi kekuatan anak perempuan, dan perbedaan ini terus meningkat. Perbedaan individual juga dipengaruhi oleh usia kematangan. Anak yang matangnya terlambat cenderung mempunyai bahu yang lebih lebar daripada anak yang matang lebih awal. Anak perempuan yang matang lebih awal lebih berat, lebih tinggi dan lebih gemuk dibandingkan dengan anak perempuan yang matangnya terlambat. Dengan berkurangnya perubahan fisik, kecanggungan pada masa puber dan awal masa remaja pada umumnya menghilang, karena remaja yang lebih besar sudah mempunyai waktu tertentu untuk mengawasi tubuhnya yang bertambah besar.

Hurlock (1991) juga menyatakan bahwa hanya sedikit remaja yang mengalami kateksis-tubuh atau merasa puas dengan tubuhnya. Ketidakpuasan banyak dialami di beberapa bagian tubuh tertentu. Kegagalan mengalami kateksis tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik dan kurangnya harga diri pada masa remaja. Hurlock, 2001 menjelaskan penampilan fisik seseorang beserta identitas seksualnya merupakan ciri pribadi yang paling jelas dan paling mudah dikenali oleh orang lain dalam interaksi sosial. Meskipun pakaian dan alat-alat kecantikan dapat digunakan untuk menyembunyikan bentuk fisik yang tidak disukai remaja dan untuk menonjolkan bentuk fisik yang dianggap menarik tetapi belum cukup untuk menjamin adanya kateksis tubuh.

Jerawat dan gangguan kulit lainnya merupakan sumber kegelisahan pada anak laki-laki dan anak perempuan. Suburnya jerawat membuat anak laki-laki

semakin prihatin. Keprihatinan lebih besar pada anak laki-laki karena mereka sadar bahwa jerawat mengurangi daya tarik fisik dan karena mereka tidak dapat menggunakan alat kosmetik untuk menutupinya seperti anak perempuan yang mampu menggunakan alat-alat kosmetik untuk menutupi jerawat (Hurlock,2001).

2. Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa. Pada tahap ini remaja sudah mampu berspekulasi tentang sesuatu, dimana mereka sudah mulai membayangkan sesuatu yang diinginkan dimasa depan. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja juga dapat dilihat dari kemampuan seorang remaja untuk berpikir logis. Remaja sudah mulai mempunyai pola berpikir sebagai peneliti, dimana mereka mampu membuat suatu perencanaan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan (Santrock, 2001).

3. Perkembangan Emosi

Emosi remaja seringkali sangat kuat, tidak terkendali, dan tampaknya irrasional, tetapi pada umumnya dari tahun ke tahun terjadi perbaikan perilaku emosional. Menurut Gessel dkk dalam Hurlock 2001, remaja empat belas tahun seringkali mudah marah, mudah dirangsang, dan emosinya cenderung meledak, tidak berusaha mengendalikan perasaannya. Remaja tidak lagi mengungkapkan amarahnya dengan cara yang meledak-ledak, melainkan dengan menggerutu, tidak mau berbicara atau dengan suara keras. Remaja juga iri dengan orang yang memiliki benda lebih banyak (Hurlock, 2001).

4. Perkembangan Psikososial Remaja

Perkembangan psiko atau emosional selama masa remaja melibatkan perkembangan identitas yang realistis dan koheren dalam konteks berhubungan dengan orang lain dan belajar mengatasinya stress dan mengelola emosi, proses yang merupakan masalah seumur hidup bagi kebanyakan orang. Identitas mengacu pada lebih sekedar bagaimana remaja melihat diri mereka sekarang; hal ini juga termasuk apa yang telah terjadi disebut “kemungkinan diri” menjadi apa remaja tersebut nantinya dan keinginan mereka ingin menjadi seperti apa (Markus & Nurius, 1986). Menetapkan perasaan identitas secara tradisional dianggap sebagai tugas utama masa remaja (Erikson, 1968).

Perkembangan sosial remaja paling baik dipertimbangkan dalam konteks dimana hal itu terjadi; yaitu, berkaitan dengan teman sebaya, keluarga, sekolah, pekerjaan, dan masyarakat.

1) Hubungan dengan teman sebaya

Salah satu perubahan yang paling jelas terjadi dimasa remaja adalah bahwa pusat dimana dunia remaja berputar bergeser dari keluarga ke kelompok sebaya. Hal ini penting untuk dicatat bahwa frekuensi kontak yang menurun ini bukan berarti bahwa kedekatan keluarga telah diasumsikan kurang penting bagi remaja. Hubungan dengan teman sebaya memberikan sejumlah fungsi penting sepanjang masa remaja, yaitu: mengembangkan rasa identitas. Melalui identifikasi dengan teman sebaya, remaja mulai mengembangkan penilaian moral dan nilai-nilai dan untuk menentukan bagaimana perbedaan mereka terhadap orang tua mereka. fungsi lain dari teman sebaya adalah memberikan

remaja sumber informasi tentang dunia di luar keluarga dan tentang diri mereka sendiri.

2) Hubungan keluarga

Keluarga saat ini terdiri dari beberapa bentuk seperti orang tua tunggal, hak asuh bersama, angkat, campuran, asuh, dual tradisional. Terlepas dari bentuk keluarga, ikatan, kedekatan, dan keterikatan yang kuat dalam keluarga telah ditemukan terkait dengan perkembangan emosional lebih baik, kinerja sekolah yang lebih baik, dan keterlibatan dalam kegiatan berisiko tinggi yang lebih sedikit, seperti penggunaan narkoba. Terlihat bahwa orang tua yang bersikap hangat dan terlibat, memberikan pedoman dan batasan yang pasti, dan menyesuaikan harapan terhadap perkembangan remaja, dan mendorong remaja untuk mengembangkan keyakinannya sendiri cenderung paling efektif. Namun perlu diketahui bahwa tingkat pengawasan dan pemantauan orang tua yang diperlukan untuk meningkatkan perkembangan remaja yang sehat bisa berbeda tergantung pada karakteristik teman sebaya remaja dan lingkungan sekitar.

3) Sekolah

Bagi remaja, sekolah adalah bagian penting dari kehidupan mereka. di sinilah mereka berhubungan dan mengembangkan hubungan dengan teman sebayanya dan dimana mereka memiliki kesempatan untuk mengembangkan keterampilan kognitif. Beberapa kualitas keterikatan, ikatan, dan perasaan diperhatikan, yang didapat oleh remaja dari keluarganya juga ditunjukkan dengan hubungan positif remaja dengan guru mereka dan sekolah mereka. salah

satu faktor tambahan, persepsi remaja tentang keadilan guru, juga berhubungan dengan perkembangan positif remaja.

4) Pekerjaan

Beberapa remaja mengambil pekerjaan paruh waktu selama sekolah. Pekerjaan ini bisa membantu remaja belajar banyak hal penting, seperti bagaimana bekerja bisnis, bagaimana caranya mendapatkan dan menjaga pekerjaan, bagaimana mengatur waktu dan uang, dan bagaimana menetapkan tujuan dan bangga pada diri melalui prestasi.

5) Komunitas

Karakteristik masyarakat dimana remaja berada dapat memiliki dampak yang mendalam pada perkembangan remaja. Komunitas termasuk faktor sosioekonomi dari lingkungan, jenis sumber daya yang tersedia, sistem pelayanan di masyarakat (termasuk sekolah), organisasi keagamaan, media, dan orang yang tinggal di masyarakat. Beberapa komunitas kaya sumber daya memberikan dukungan kesempatan untuk remaja.

Berikut perkembangan psikososial remaja menurut sumiati, dkk (2009):

Tabel 2.1 Perkembangan psikososial remaja awal (10-13 tahun)

No	Tahap Perkembangan	Dampak Terhadap Remaja	Efek Terhadap Orang Tua
1	Cemas terhadap penampilan badan/fisik	Kesadaran diri meningkat (<i>self consciousness</i>)	Orang tua mungkin menganggap anaknya terfokus pada dirinya
2	Perubahan hormonal	Pemarah, remaja laki-laki yang tadinya pendiam dapat menjadi lebih agresif, mungkin pula timbul jerawat baik pada remaja	Orang tua mungkin menemukan kesulitan dalam hubungan dengan remaja

		laki-laki maupun perempuan	
3	Menyatakan kebebasan dan merasa sebagai seorang individu, tidak hanya sebagai seorang anggota keluarga	Bereksperimen dengan cara berpakaian, berbicara, dan cara penampilan diri sebagai suatu usaha untuk mendapatkan identitas baru	Orang tua merasa ditolak dan sulit menerima keinginan anak yang berbeda dari mereka
4	Perilaku memberontak dan melawan	Kasar, menuntut memperoleh kebebasan	Bila ingin mempertahankan hubungan baik, orang tua perlu menangani anak secara hati-hati. Orang tua merasa tidak mudah membuat keseimbangan antara permisif dan over protektif
5	Kawan menjadi lebih penting	Ingin tampak sama dengan teman yaitu dalam cara berpakaian, gaya rambut, mendengarkan musik dan lain-lain	Orang tua mungkin terganggu oleh tuntutan finansial dan gaya hidup anak
6	Perasaan memiliki terhadap teman sebaya. Remaja laki-laki biasanya membentuk gang, kelompok. Sementara remaja perempuan mempunyai sahabat.	Pengaruh teman dan orang tua teman menjadi sangat besar. Remaja tidak mau berbeda dari teman sebaya	Orang tua merasa kurang enak karena dikritik oleh anaknya sendiri
7	Sangat menuntut keadilan, tapi cenderung melihat sesuatu sebagai hitam putih serta dari sisi pandang mereka sendiri	Mungkin tampak tidak toleransi, dan sulit berkompromi, mungkin pula timbul iri hati terhadap saudara kandung dan seringkali rebut dengan mereka	Kadang-kadang terjadi pemberontakan dengan peraturan keluarga. Orang tua harus meninjau sikapnya untuk mengatasi perasaan “tidak adil” ini

Tabel 2.2 perkembangan psikososial remaja pertengahan (14-16 tahun)

No	Tahap Perkembangan	Dampak Terhadap Remaja	Efek Terhadap Orang Tua
1	Lebih mampu untuk berkompromi	Dapat menerima pendapat orang lain, meskipun berbeda dengan pendapatnya sendiri.	Orang tua secara bertahap merasakan semakin mudah berhubungan dengan anaknya
2	Belajar berpikir secara independen dan membuat keputusan sendiri	Menolak campur tangan orang tua untuk mengendalikannya, kurang dapat dipengaruhi dan teman tidak lagi berpengaruh besar.	Orang tua mungkin menanggapi sikap remaja secara serius dan khawatir akan jadi menetap.
3	Terus menerus bereksperimen untuk mendapatkan citra diri yang dirasakan nyaman bagi mereka	Baju, gaya rambut, sikap dan pendapat mereka sering berubah-ubah.	Orang tua mungkin menanggapi sikap remaja secara serius dan khawatir akan jadi menetap
4	Merasa perlu mengumpulkan pengalaman baru, mengujinya walaupun berisiko	Mulai bereksperimen dengan rokok, alkohol dan kadang-kadang Napza	Cemas terhadap resiko ini, sehingga orang tua cenderung membatasi dan menetapkan aturan
5	Tidak lagi terfokus pada diri sendiri	Lebih bersosialisasi dan tidak lagi pemalu	Orang tua melihat bahwa remaja siap untuk membina hubungan dekat
6	Membangun nilai/norma dan mengembangkan moralitas	Mempertanyakan ide dan nilai/ norma yang diterima keluarga	Dapat menjadi masalah bila remaja menolak sikap yang mempunyai nilai tinggi bagi orang tua
7	Mulai membutuhkan lebih banyak teman dan rasa setia kawan	Ingin menghabiskan waktu lebih banyak dengan teman dari pada dengan keluarga	Orang tua cemas akan pengaruh teman
8	Mulai membina hubungan dengan lawan jenis (atau sesama jenis)	Mulai berpacaran, tapi hubungan belum serius	Orang tua cemas dan mungkin pula terlalu ikut campur
9	Intelektual lebih berkembang dan ingin tahu tentang banyak hal. Mampu berpikir secara abstrak, mulai berurusan dengan hipotesa	Mulai mempertanyakan sesuatu yang sebelumnya tak	Orang tua mempunyai kesempatan untuk lebih mengetahui

		berkesan. Ingin anaknya mengikuti diskusi atau debat
10	Berkembangnya keterampilan intelektual khusus misalnya, kemampuan matematika, bahasa dan ilmu pengetahuan lainnya	Mungkin tidak mendapat kesempatan untuk mengembangkan keterampilan ini
11	Mengembangkan minat yang besar dalm bidang seni dan olahraga seperti musik, seni lukis, tari, basket, dan lain-lain	Mungkin mengabaikan pekerjaan sekolah karena adanya minat yang baru ini
12	Senang bertualangan, ingin bepergian secara mandiri mengikuti kegiatan seperti memanjat tebing, naik gunung dan lain-lain lebih tenang, sabar dan lebih toleransi	Remaja merasa dirinya mampu sehingga mereka tidak mengikuti upaya penyelamatan diri yang dianjurkan

Tabel 2.3 perkembangan psikososial remaja akhir (17-19 tahun)

No	Tahap Perkembangan	Dampak Terhadap Remaja	Efek Terhadap Orang Tua
1	Ideal	Cenderung mnggeluti masalah sosial/politik. Dapat pula menggeluti nilai-nilai keagamaan dan bahkan pindah agama	Orang tua menjadi tegang dan stress karena penolakan anak terhadap agama dan kepercayaan sendiri
2	Terlibat dalam kehidupan, pekerjaan dan hubungan diluar keluarga	Mulai belajar mengatasi stress yang dihadapinya, mungkin lebih senang pergi dengan teman dari pada berlibur dengan keluarganya	Keinginan orang tua untuk melindungi anaknya dapat menimbulkan bentrokan
3	Harus belajar untuk mencapai kemandirian baik dalam bidang finansial maupun emosional	Kecemasan dan ketidakpastian masa depan dapat	Orang tua mungkin masih memberikan dukungan finansial

		merusak harga diri dan keyakinan diri	terhadap remaja yang secara emosional tidak lagi tergantung kepada mereka. hal ini membuat hubungan menjadi lebih mudah
4	Lebih mampu membuat hubungan yang stabil dengan lawan jenis (atau sesama jenis)	Mempunyai pasangan yang lebih serius dan banyak menghabiskan waktunya dengan mereka	Orang tua cenderung cemas terhadap hubungan yang terlalu serius dan terlalu dini. Mereka takut sekolah atau pekerjaan akan terabaikan
5	Merasa sebagai orang dewasa yang setara dengan anggota keluarga lainnya	Cenderung merasa pengalamannya berbeda dengan orang tuanya	Orang tua mungkin berkecil hati menghadapi keadaan ini
6	Hampir siap untuk menjadi orang dewasa yang mandiri	Mungkin ingin meninggalkan dan hidup sendiri	Orang tua perlu menyesuaikan bila akhirnya anak meninggalkan rumah

5. Perkembangan Perilaku Remaja

Semua cara remaja berkembang secara kognitif, secara fisik, sosial, emosional mempersiapkan mereka bereksperimen dengan perilaku baru saat mereka beralih dan masa anak-anak sampai dewasa. Percobaan ini pada saatnya membantu mereka untuk menyempurnakan perkembangan mereka. Mengambil risiko di masa remaja adalah cara penting agar remaja membentuk identitas mereka, cobalah membantu mereka membuat keputusan baru, dan berkembang secara realistis penilaian diri mereka sendiri, orang lain, dan dunia. Perilaku eksploratif semacam itu wajar pada masa remaja, dan remaja membutuhkan ruangan untuk bereksperimen dan mengalami hasilnya sendiri. Namun, remaja

kadang-kadang melebih-lebihkan kapasitas mereka untuk menangani situasi baru, dan perilaku ini bisa menjadi ancaman nyata bagi kesehatan mereka. Untuk mendapatkan persetujuan teman sebaya atau untuk menghindari penolakan teman sebaya, remaja kadang-kadang akan mengambil risiko.

Perilaku beresiko pada remaja:

- 1) Merokok
- 2) Konsumsi alkohol
- 3) Penggunaan narkoba
- 4) Membawa senjata tajam, berkelahi, dan kekerasan seksual
- 5) Hubungan seksual
- 6) Kehamilan
- 7) Kebut-kebutan dan tidak memakai helm saat berkendara

6. Perkembangan moral

Tuntutan moral yang harus dilakukan oleh remaja pada umumnya adalah menyesuaikan tingkah lakunya dengan harapan sosial tanpa bimbingan, pengawasan, motivasi, dan ancaman sebagaimana sewaktu kecil serta dituntut mampu mengendalikan tingkah lakunya karena dia bukan lagi tanggung jawab orangtua atau guru.

Piaget menyebutkan masa remaja laki-laki dan perempuan sudah mencapai tahap pelaksanaan formal dalam kemampuan kognitif. Dia mampu mempertimbangkan segala kemungkinan untuk mengatasi suatu masalah dari beberapa sudut pandang dan berani mempertanggungjawabkannya.

Kohlberg, berpendapat bahwa perkembangan moral ketiga, moralitas pasca-konvensional harus dicapai selama masa remaja. Sejumlah prinsip diterimanya melalui dua tahap; *pertama* meyakini bahwa dalam keyakinan moral harus ada fleksibilitas sehingga memungkinkan dilakukannya semua anggota kelompok; *kedua* menyesuaikan diri dengan standar sosial dan ideal untuk menjauhi hukuman sosial terhadap dirinya sendiri, sehingga perkembangan moralnya tidak lagi atas dasar keinginan pribadi, tetapi menghormati orang lain.

Upaya remaja untuk mencapai moralitas dewasa; mengganti konsep moral khusus dengan konsep moral umum, merumuskan konsep yang baru dikembangkan kedalam kode moral sebagai pedoman tingkah laku, dan mengendalikan tingkah laku sendiri, merupakan upaya yang tidak mudah bagi mayoritas remaja. Tidak sedikit dari mereka yang gagal beralih ke dalam tahap moralitas dewasa, sehingga baru menyelesaikannya di awal masa dewasa. Selain itu, ada juga remaja tidak hanya gagal, bahkan berani membuat kode moral tidak diterima oleh lingkungan sosialnya.

1) Perubahan konsep moral

Perubahan konsep moral yang khusus terjadi pada remaja menjadi konsep yang berlaku secara umum tergolong sulit, baik yang berkaitan dengan benar-salah atau baik-buruk. Hal ini dipengaruhi oleh dua keadaan. *Pertama*, remaja kurang mendapatkan bimbingan ketika mempelajari bagaimana konsep khusus itu bisa berlaku umum. Saat membina remaja, orangtua dan guru jarang menekankan adanya korelasi antaran prinsip khusus yang dipelajari sebelumnya dengan prinsip umum yang penting untuk mengendalikan tingkah laku dalam

kehidupan orang dewasa. Hanya dalam bidang-bidang tertentu yang dianggap baru saja, seperti masalah hubungan dengan lain jenis, yang menjadi perhatian orang dewasa dalam mendidik remaja. *Kedua*, orangtua beranggapan bahwa remaja sudah mengetahui mana yang benar, sehingga lebih menekankan disiplin, terutama hukuman, terhadap tingkah laku salah yang dilakukan dengan sengaja. Jarang sekali orangtua memberikan penjelasan mengapa tingkah lakunya salah, apalagi sampai memberikan hadiah atas tingkah laku remaja yang benar.

Menginjak masa remaja, dia mulai ingin membentuk kode moral sendiri berdasarkan konsep benar-salah yang sudah diubah dan diperbaikinya agar sesuai dengan tingkat perkembangan yang lebih matang dan telah dilengkapi dengan hukum dan peraturan yang dipelajarinya dari orangtua. Jadi, remaja tidak lagi mudah menerima kode moral dari orangtua, guru atau teman-teman sebaya. Bahkan sejumlah remaja menjadikan agama sebagai pelengkap kode moralnya.

Sikap inkonsistensi remaja tentang konsep benar-salah yang ditemukan dalam kehidupannya membuat pembentukan kode moralnya terasa sulit. Sikap inkonsistensi membuat remaja bingung dan terhalang dalam proses pembentukan kode moral yang tidak hanya memuaskan, tetapi akan membimbingnya guna memperoleh dukungan sosial. Cepat atau lambat sejumlah remaja akan mengerti banyak hal, seperti bahwa kode moral orangtua dan guru seringkali lebih ketat dari kode moral teman sebaya, bahwa ada standar ganda yang jauh lebih lunak bagi laki-laki daripada perempuan, dan

bahwa teman-teman dari latar belakang sosial, ekonomi, agama atau suku yang beragam memiliki kode moral beragam pula tentang benar dan salah.

Anak laki-laki yang beranjak remaja terkadang berbohong untuk menghindari kemungkinan menyakiti hati orang lain, sedangkan remaja laki-laki yang lebih besar menganggapnya sebagai tingkah laku yang buruk. Contohnya, remaja yang lebih besar menganggap perilaku mencontek sebagai hal biasa dimana teman-teman akan memakluminya, terlebih lagi bila dituntut untuk mencapai nilai yang baik agar dapat diterima di sekolah tinggi dan menjamin masa depannya.

2) Kata hati yang mengendalikan tingkah laku

Tidak seperti masa anak-anak, remaja tidak bisa lagi diawasi secara intensif oleh orangtua dan guru, sehingga mau tidak mau, remaja harus bertanggung jawab untuk mengendalikan diri dan tingkah lakunya. Pengendali utama remaja memang tidak lagi terfokus pada orangtua, tetapi pada kata hatinya, yaitu perasaan khawatirnya dari hukuman dan penolakan sosial sehingga mencegahnya dari berbuat salah atau memotivasinya untuk berbuat baik.

3) Minat dan perilaku seks

Tekanan-tekanan sosial, terutama minat remaja pada seks dan keingintahuan tentang seks mendorong remaja untuk menjalin berbagai hubungan baru yang lebih matang dengan lawan jenis. Karena minat pada seks yang semakin meningkat, remaja selalu berusaha mencari informasi yang lebih banyak tentang seks. Biasanya, mereka mencari sumber informasi seks bukan dari orangtua, tetapi dari lingkungannya, seperti sekoah, teman, buku-buku,

bahkan melalui uji coba; bercumbu, bersenggama, atau masturbasi. Informasi tentang seks yang cukup itu guna memuaskan keingintahuan, diperoleh pada akhir masa remaja.

Berbagai kajian membuktikan bahwa minat seks remaja perempuan lebih terfokus pada keluarga berencana, pil anti hamil, pengguguran dan kehamilan, sedangkan minat seks remaja laki-laki lebih terfokus pada keluarga berencana, penyakit kelamin, kenikmatan seks, dan hubungan seks.

4) Perkembangan heteroseksual

Mengingat pembentukan hubungan baru dan yang lebih matang dengan lawan jenis merupakan masalah yang serius bagi remaja, ketika telah matang secara seksual, remaja mulai mengembangkan sikap yang baru pada lawan jenisnya dan juga mengembangkan minat pada berbagai kegiatan yang melibatkan kedua jenis kelamin itu. Apabila kematangan seksualnya telah tercapai, minat seks itu menjadi lebih romantis.

Terdapat dua aspek dalam perkembangan heteroseksual; *pertama*, perkembangan pola perilaku yang melibatkan kedua jenis seks, dan *kedua* perkembangan sikap yang berhubungan dengan relasi antara kelompok seks. Dulu, kedua aspek tersebut sangatlah kaku karena tradisi sangat menentukan dan remaja tidak berkesempatan untuk menyimpang dari pola perilaku dan sikap yang telah ditentukan itu. Misalnya, remaja berpacaran yang menyimpang dari pola umum yang berlaku saat itu, pasti tidak akan memperoleh dukungan sosial. Sedangkan pada remaja modern, sikap moral itu mulai memudar, baik di pedesaan, terlebih lagi di perkotaan, apalagi di dukung oleh mudahnya

memperoleh alat-alat kontrasepsi dan legalisasi pengguguran (Al-Mighwar, 2011).

2.2.5 Tugas Perkembangan Remaja

Tugas perkembangan pada masa remaja menurut Karl C. Garrison dalam Al-Mighwar, (2011) antara lain:

1. Menerima kondisi jasmani
2. Mendapatkan hubungan baru dengan teman sebaya yang berlainan jenis
3. Menerima kondisi dan belajar hidup sesuai jenis kelaminnya
4. Mendapatkan kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya
5. Mendapatkan kesanggupan berdiri sendiri dalam hal yang berkaitan dengan masalah ekonomi
6. Memperoleh nilai dan filsafat hidup

2.3 Bencana

2.3.1 Definisi Bencana

Menurut *Asian Disaster Reduction Center*, bencana merupakan suatu gangguan serius terhadap masyarakat yang dapat menimbulkan kerugian secara meluas dan dirasakan oleh masyarakat, berbagai material dan lingkungan (alam) dimana dampak yang ditimbulkan melebihi kemampuan manusia untuk mengatasinya dengan sumber daya yang ada (Khambali, 2017). Bencana alam merupakan konsekuensi dari kombinasi aktivitas alami, baik peristiwa fisik, seperti letusan gunung, gempa bumi, tanah longsor, dan aktivitas manusia (Khambali, 2017).

Berdasarkan Pengetahuan Kebencanaan BNPB menjelaskan bencana adalah 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 (UU RI No.24, 2007). Definisi tersebut menyebutkan bahwa bencana disebabkan oleh faktor alam, non alam, dan manusia. Oleh karena itu, Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 juga mendefinisikan mengenai bencana alam, bencana nonalam, dan bencana sosial. Bencana alam adalah 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. Bencana nonalam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau rangkaian peristiwa nonalam yang antara lain berupa gagal teknologi, gagal modernisasi, epidemi, dan wabah penyakit. Bencana sosial adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang diakibatkan oleh manusia yang meliputi konflik sosial antarkelompok atau antarkomunitas masyarakat, dan teror. Kejadian bencana merupakan peristiwa bencana yang terjadi dan dicatat berdasarkan tanggal kejadian, lokasi, jenis bencana, korban dan/ataupun kerusakan. Jika terjadi bencana pada tanggal yang sama dan melanda lebih dari satu wilayah, maka dihitung sebagai satu kejadian.(UU RI No.24, 2007).

2.3.2 Jenis Ancaman Bencana

1. Klasifikasi Bencana Alam

Klasifikasi bencana alam berdasarkan penyebabnya dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu:

1) Bencana alam geologis

Bencana alam ini diakibatkan oleh gaya-gaya yang berasal dari dalam bumi (gaya endogen). Contoh bencana alam geologis adalah gempa bumi, letusan gunung berapi, dan tsunami.

2) Bencana alam klimatologis

Bencana alam klimatologis adalah bencana alam yang diakibatkan oleh faktor angin dan hujan. Termasuk dalam bencana alam klimatologis adalah banjir, badai, banjir bandang, angin puting beliung, kekeringan, dan kebakaran alami hutan (bukan oleh manusia).

3) Bencana alam ekstra-terrestrial

Bencana alam ekstra-terrestrial merupakan bencana alam yang terjadi di luar angkasa, sebagai contoh hantaman/ *impact* meteor yang jika mengenai permukaan bumi maka akan menyebabkan bencana alam yang dahsyat bagi penduduk bumi (Khambali, 2017).

2. Jenis Bencana Alam

1) Banjir

Banjir yaitu peristiwa atau keadaan dimana terendamnya suatu daerah atau daratan karena volume air yang meningkat.

2) Banjir bandang

Banjir bandang yaitu banjir yang datang secara tiba-tiba dengan debit air yang besar yang disebabkan terbendungnya aliran sungai pada alur sungai.

3) Kebakaran hutan dan lahan

Kebakaran hutan dan lahan merupakan suatu keadaan di mana hutan dan lahan dilanda api, sehingga mengakibatkan kerusakan hutan dan lahan yang menimbulkan kerugian ekonomis dan atau nilai lingkungan. Kebakaran hutan dan lahan seringkali menyebabkan bencana asap yang dapat mengganggu aktivitas dan kesehatan masyarakat sekitar. Hutan yang terbakar juga bisa sampai ke daerah permukiman penduduk sehingga dapat membakar habis bangunan-bangunan yang ada.

4) Gempa bumi

Gempa bumi merupakan getaran atau guncangan yang terjadi di permukaan bumi akibat dari tumbukan antar lempeng bumi, patahan aktif, aktivitas gunung api atau runtuhannya batuan. Gempa dengan skala tinggi dapat membuat luluh lantak apa yang ada di permukaan bumi. Kebanyakan gempa bumi disebabkan dari pelepasan energi yang dihasilkan oleh tekanan yang lempengan yang bergerak. Semakin lama tekanan itu semakin membesar dan akhirnya mencapai pada keadaan di mana tekanan itu tidak dapat di tahan lagi oleh pinggiran lempengan dan saat itulah gempa terjadi.

5) Tsunami

Tsunami berasal dari bahasa Jepang yang berarti gelombang ombak lautan ("tsu" berarti lautan, "nami" berarti gelombang ombak). Tsunami adalah serangkaian gelombang ombak laut raksasa yang timbul karena

adanya pergeseran di dasar laut akibat gempa bumi yang menyapu daratan akibat adanya gempa bumi di laut, tumbukan benda besar/cepat di laut, angin ribut, dan lain sebagainya yang dapat menyapu bersih permukiman penduduk dan menyeret segala isinya ke laut lepas yang dalam sehingga dampaknya bisa membunuh banyak manusia dan makhluk hidup. Tsunami dapat terjadi akibat gangguan yang menyebabkan perpindahan sejumlah besar air, seperti letusan gunung berapi, gempa bumi, longsor maupun meteor yang jatuh ke bumi. Gempa yang menyebabkan tsunami:

- (1) Gempa bumi yang berpusat di tengah laut dan dangkal (0-30 KM)
 - (2) Gempa bumi dengan kekuatan sekurang-kurangnya 6,5 skala richter
 - (3) Gempa bumi dengan pola sesar naik atau sesar turun.
- 6) Letusan gunung api

Letusan gunung api adalah bagian dari aktivitas vulkanik yang dikenal dengan istilah "erupsi". Bahaya letusan gunung api dapat berupa awan panas, lontaran material (pijar), hujan abu lebat, lava, gas racun, tsunami dan banjir lahar.

7) Angin puting beliung

Angin puting beliung adalah angin kencang yang datang secara tiba-tiba, mempunyai pusat, bergerak melingkar menyerupai spiral dengan kecepatan 40-50 km/jam hingga menyentuh permukaan bumi dan akan hilang dalam waktu singkat (3-5 menit), bisa menerbangkan benda-benda serta merobohkan bangunan yang ada sehingga sangat berbahaya untuk manusia.

8) Tanah longsor

Tanah longsor adalah salah satu jenis gerakan massa tanah atau batuan, ataupun percampuran keduanya, menuruni atau keluar lereng akibat terganggunya kestabilan tanah atau batuan penyusun lereng. Batu, pohon, pasir dan bahan alam lainnya bisa ikut longsor menghancurkan apa saja yang ada di bawahnya sehingga jika ada orang atau permukiman penduduk di atas tanah longsor tersebut atau di bawah tanah yang jatuh itu akan sangat berbahaya. Longsor atau biasa disebut gerakan tanah merupakan suatu peristiwa geologi yang terjadi akibat pergerakan as a batuan atau tanah berbagai tipe dan jenis, misalnya jatuhnya bebatuan atau gumpalan besar tanah.

9) Gelombang pasang atau badai

Gelombang pasang atau badai merupakan gelombang tinggi yang ditimbulkan karena efek terjadinya siklon tropis di sekitar wilayah Indonesia dan berpotensi kuat menimbulkan bencana alam. Indonesia bukan daerah lintasan siklon tropis tetapi keberadaan siklon tropis akan memberikan pengaruh kuat terjadinya angin kencang, gelombang tinggi disertai hujan deras.

10) Abrasi

Abrasi merupakan proses pengikisan pantai oleh tenaga gelombang laut dan arus laut yang bersifat merusak. Abrasi biasanya disebut juga erosi pantai. Kerusakan garis pantai akibat abrasi ini dipicu oleh terganggunya keseimbangan alam daerah pantai tersebut. Walaupun abrasi dapat

disebabkan oleh gejala alami, namun manusia sering disebut sebagai penyebab utama abrasi.

11) Pemanasan global atau *global warming*

Pemanasan global yaitu adanya proses peningkatan suhu rata-rata atmosfer, laut, dan daratan bumi. Meningkatnya suhu global diperkirakan akan menyebabkan berbagai perubahan lain, seperti naiknya permukaan air laut, bertambahnya intensitas fenomena cuaca yang ekstrem, perubahan jumlah dan pola presipitasi, hilangnya gletser, juga mempengaruhi hasil pertanian dan punahnya berbagai jenis hewan.

12) Kekeringan

Kekeringan adalah terjadinya kesenjangan antara air yang tersedia dengan air yang diperlukan, berbeda dengan kondisi kering yang diartikan sebagai kondisi jumlah curah hujan yang sedikit. Kekeringan dapat timbul karena gejala alam yang terjadi, seperti pergantian musim yang merupakan dampak dari iklim. Pada musim kemarau, sungai akan mengalami kekeringan sehingga sungai dan waduk tidak berfungsi dengan baik. Akibatnya, sawah-sawah yang menggunakan sistem pengairan dari air hujan juga akan mengalami kekeringan dan tidak dapat menghasilkan panen serta pasokan air bersih juga berkurang. Kekeringan pada suatu wilayah merupakan suatu keadaan yang umumnya mengganggu keseimbangan makhluk hidup.

(UU RI No.24, 2007).

3. Bencana Non Alam

1) Kecelakaan transportasi

Kecelakaan transportasi yaitu kecelakaan moda transportasi yang terjadi di darat, laut dan udara.

2) Kecelakaan industri

Kecelakaan industri yaitu kecelakaan yang disebabkan oleh dua faktor, yaitu perilaku kerja yang berbahaya (*unsafe human act*) dan kondisi yang berbahaya (*unsafe conditions*). Adapun jenis kecelakaan yang terjadi sangat bergantung pada macam industrinya, contohnya bahan dan peralatan kerja yang dipergunakan, proses kerja, kondisi tempat kerja, bahkan pekerja yang terlibat di dalamnya.

3) Kejadian Luar Biasa (KLB)

Kejadian Luar Biasa (KLB) yaitu timbulnya atau meningkatnya kejadian kesakitan atau kematian yang bermakna secara epidemiologis pada suatu daerah dalam kurun waktu tertentu. Status Kejadian Luar Biasa diatur oleh Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 949/MENKES/SK/VII/2004.

4. Bencana Sosial

1) Konflik sosial

Konflik sosial ataaau kerusuhan sosial ataaau huru hara merupakan suatu gerakan massal yang bersifat merusak tatanan dan tata tertib sosial yang ada, yang dipicu oleh kecemburuan sosial, budaya dan ekonomi yang biasanya dikemas sebagai pertentangan antar suku, agama, ras (SARA).

2) Aksi teror

Aksi teror yaitu aksi yang dilakukan oleh setiap orang yang dengan sengaja menggunakan kekerasan atau ancaman kekerasan sehingga mengakibatkan munculnya suasana teror atau rasa takut terhadap orang secara meluas atau menimbulkan korban yang bersifat massal, dengan cara merampas kemerdekaan yang menimbulkan hilangnya nyawa dan harta benda, menyebabkan kerusakan atau kehancuran terhadap obyek-obyek vital yang strategis atau lingkungan hidup atau fasilitas publik internasional.

3) Sabotase

Sabotase merupakan tindakan yang dilakukan untuk melemahkan musuh melalui subversi, penghambatan, pengacauan dan/ atau penghancuran. Dalam perang, istilah ini digunakan untuk mendeskripsikan aktivitas individu atau grup yang tidak berhubungan dengan militer, tetapi dengan spionase. Sabotase dapat dilakukan terhadap beberapa struktur penting, seperti infrastruktur, struktur ekonomi, dan lain-lain (UU RI No.24, 2007).

5. Potensi dan Ancaman Bencana

Bencana dapat disebabkan oleh kejadian alam (*natural disaster*) maupun oleh ulah manusia (*man-made disaster*). Faktor-faktor yang dapat menyebabkan bencana yaitu bahaya alam (*natural hazards*) dan bahaya karena ulah manusia (*man-made hazards*) yang menurut *United Nations International Strategy for Disaster Reduction* (UN-ISDR) dapat dikelompokkan menjadi:

1) Bahaya geologi (*geological hazards*)

Secara geografis Indonesia merupakan negara kepulauan yang terletak pada pertemuan empat lempeng tektonik yaitu lempeng Benua Asia, Benua Australia, lempeng Samudera Hindia dan Samudera Pasifik. Pada bagian selatan dan timur Indonesia terdapat sabuk vulkanik (*volcanic arc*) yang memanjang dari Pulau Sumatera, Jawa sampai Nusa Tenggara dan Sulawesi, yang sisinya berupa pegunungan vulkanik tua dan dataran rendah yang sebagian didominasi oleh rawa-rawa. Kondisi tersebut sangat berpotensi sekaligus rawan bencana seperti letusan gunung berapi, gempa bumi, tsunami, banjir dan tanah longsor.

2) Bahaya hidrometeorologi (*hydrometeorological hazards*)

Wilayah Indonesia terletak di daerah iklim tropis dengan dua musim yaitu panas dan hujan dengan ciri-ciri adanya perubahan cuaca, suhu dan arah angin yang cukup ekstrim. Kondisi iklim seperti ini digabungkan dengan kondisi topografi permukaan dan batuan yang relatif beragam, baik secara fisik maupun kimiawi, menghasilkan kondisi tanah yang subur. Sebaliknya, kondisi itu dapat menimbulkan beberapa akibat buruk bagi manusia seperti terjadinya bencana hidrometeorologi seperti banjir, tanah longsor, kebakaran hutan dan kekeringan. Seiring dengan berkembangnya waktu dan meningkatnya aktivitas manusia, kerusakan lingkungan hidup cenderung semakin parah dan memicu meningkatnya jumlah kejadian dan intensitas bencana hidrometeorologi (banjir, tanah longsor dan kekeringan) yang terjadi secara silih berganti di banyak daerah di Indonesia.

3) Bahaya biologi (*biological hazards*)

Dari tahun ke tahun sumber daya hutan di Indonesia semakin berkurang, sementara itu pengusahaan sumber daya mineral juga mengakibatkan kerusakan ekosistem yang secara fisik sering menyebabkan peningkatan risiko bencana.

4) Bahaya teknologi (*technological hazards*)

Pada sisi lain laju pembangunan mengakibatkan peningkatan akses masyarakat terhadap ilmu dan teknologi. Namun, karena kurang tepatnya kebijakan penerapan teknologi, sering terjadi kegagalan teknologi yang berakibat fatal seperti kecelakaan transportasi, industri dan terjadinya wabah penyakit akibat mobilisasi manusia yang semakin tinggi.

5) Penurunan kualitas lingkungan (*environmental degradation*)

Meskipun pembangunan di Indonesia telah dirancang dan didesain sedemikian rupa dengan dampak lingkungan yang minimal, proses pembangunan tetap menimbulkan dampak kerusakan lingkungan dan ekosistem. Pembangunan yang selama ini bertumpu pada eksploitasi sumber daya alam (terutama dalam skala besar) menyebabkan hilangnya daya dukung sumber daya ini terhadap kehidupan masyarakat.

6) Kerentanan (*vulnerability*) yang tinggi dari masyarakat, infrastruktur serta elemen-elemen di dalam kota/ kawasan yang berisiko bencana

7) Kapasitas yang rendah dari berbagai komponen di dalam masyarakat

Potensi bencana lain yang tidak kalah seriusnya adalah faktor keragaman demografi di Indonesia. Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2004 mencapai 220 juta jiwa yang terdiri dari beragam etnis, kelompok, agama dan adat-istiadat. Keragaman tersebut merupakan kekayaan bangsa Indonesia yang tidak dimiliki

bangsa lain. Namun karena pertumbuhan penduduk yang tinggi tidak diimbangi dengan kebijakan dan pembangunan ekonomi, sosial dan infrastruktur yang merata dan memadai, terjadi kesenjangan pada beberapa aspek dan terkadang muncul kecemburuan sosial. Kondisi ini potensial menyebabkan terjadinya konflik dalam masyarakat yang dapat berkembang menjadi bencana nasional (BNPB, 2017)

2.3.3 Siklus Penanggulangan Bencana

Siklus penanggulangan bencana di bagi menjadi 3 periode, yaitu:

1. Prabencana: pencegahan lebih difokuskan, kesiapsiagaan level medium.
2. Bencana: pada saat kejadian/krisis, tanggap darurat menjadi kegiatan terpenting.
3. Pascabencana: pemulihan dan rekonstruksi menjadi proses terpenting setelah bencana.

Kegiatan-kegiatan manajemen bencana, yaitu:

1. Pencegahan (*Prevention*)

Pencegahan adalah upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya bencana (jika mungkin dengan meniadakan bencana).

Contoh:

- 1) Melarang pembakaran hutan dalam perladangan.
- 2) Melarang penambangan batu di daerah-daerah curam.
- 3) Melarang pembuangan sampah yang sembarangan.

2. Mitigasi Bencana (*Mitigation*)

Mitigasi bencana merupakan serangkaian upaya untuk mengurangi risiko terjadinya bencana, baik dengan pembangunan fisik maupun penyadaran serta peningkatan kemampuan menghadapi ancaman bencana (UU 24/2007 dalam

Khambali, 2017) atau upaya yang dilakukan dengan tujuan untuk meminimalkan dampak yang ditimbulkan oleh bencana.

Bentuk mitigasi:

- 1) Mitigasi struktural (contohnya: checkdam, bendungan, tanggul sungaaai, rumah tahan gempa, dan lain sebagainya).
 - 2) Mitigasi nonstruktural (misalnya: peraturan perundang-undangan, pelatihan, dan lain-lain).
3. Kesiapsiagaan (*Preparedness*)

Kesiapsiagaan adalah serangkaian kegiatan yang dilakukan dengan tujuan untuk mengantisipasi bencana melalui pengorganisasian dan langkah yang tepat guna dan berdaya guna (UU 24/2007 dalam Khambali, 2017).

Contoh:

- 1) Penyiapan sarana komunikasi
 - 2) Pos komando
 - 3) Penyiapan lokasi evakuasi
 - 4) Rencana kontinjensi
 - 5) Sosialisasi peraturan/pedoman penanggulangan bencana
4. Peringatan Dini (*Early Warning*)

Peringatan dini merupakan serangkaian kegiatan pemberian peringatan sesegera mungkin kepada seluruh masyarakat tentang kemungkinan terjadinya bencana pada suatu daerah oleh lembaga yang berwenang (UU 24/2007 dalam Khambali, 2017) atau serangkaian upaya untuk memberikan tanda peringatan bahwa bencana kemungkinan akan segera terjadi.

Pemberian peringatan dini harus:

- 1) Menjangkau masyarakat (*accessible*)
 - 2) Segera (*immediate*)
 - 3) Tegas tidak membingungkan (*coherent*)
 - 4) Bersifat resmi (*official*)
5. Tanggap Darurat (*Response*)

Tanggap darurat merupakan upaya yang dilakukan segera pada saat kejadian bencana dengan tujuan untuk menanggulangi dampak yang ditimbulkan, terutama berupa upaya penyelamatan korban dan harta benda, evakuasi, dan pengungsian.

6. Bantuan Darurat (*Relief*)

Bantuan darurat adalah upaya yang dilakukan untuk memberikan bantuan yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan dasar berupa pangan, sandang, tempat tinggal sementara, pelayanan kesehatan, sanitasi, dan air bersih.

7. Pemulihan (*Recovery*)

Pemulihan merupakan suatu proses pemulihan darurat kondisi masyarakat yang terkena bencana dengan memfungsikan kembali sarana dan prasarana yang ada pada keadaan yang semula. Upaya yang dilakukan, yaitu: memperbaiki prasarana dan pelayanan dasar (jalan, listrik, air bersih, pasar, puskesmas, dan lain sebagainya).

8. Rehabilitasi (*Rehabilitation*)

Rehabilitasi merupakan langkah upaya yang diambil setelah terjadinya bencana untuk membantu masyarakat memperbaiki tempat tinggalnya, fasilitas

umum, dan fasilitas sosial yang penting, dan menghidupkan kembali roda perekonomian.

9. Rekonstruksi (*Reconstruction*)

Rekonstruksi adalah program jangka menengah serta jangka panjang dalam rangka perbaikan fisik, sosial, dan ekonomi guna mengembalikan kehidupan masyarakat pada kondisi yang sama atau bahkan lebih baik dari sebelumnya.

Hal terpenting dari manajemen bencana yaitu adanya suatu langkah konkret dalam upaya pengendalian bencana sehingga korban nyawa dan kerugian harta benda yang tidak kita harapkan dapat terselamatkan secara cepat dan tepat serta upaya pemulihan pascabencana dapat dilakukan segera. Pengendalian itu dimulai dengan membangun kesadaran kritis masyarakat dan pemerintah terkait masalah bencana alam, menciptakan proses perbaikan total pengelolaan bencana, penegasan lahirnya kebijakan lokal yang bertumpu pada kearifan lokal berupa peraturan negara dan peraturan daerah tentang manajemen bencana. Hal yang tak kalah pentingnya dalam manajemen bencana ini yaitu sosialisasi kehati-hatian, terutama pada daerah yang rawan bencana (Khambali, 2017).

2.3.4 Penetapan Tingkatan Status Keadaan Darurat Bencana

1. Status Keadaan Darurat Bencana Kabupaten/Kota

Status keadaan darurat bencana Kabupaten/Kota dapat ditetapkan atas pertimbangan bahwa Pemerintah Kabupaten/Kota masih memiliki kemampuan dalam hal:

1. Memobilisasi sumberdaya yang terkait dengan upaya penanganan darurat bencana meskipun dalam kualitas dan kuantitas yang terbatas

2. Mengaktivasi sistem komando penanganan darurat bencana
3. Melaksanakan penanganan awal keadaan darurat bencana secara terbatas

Dengan demikian penyelenggaraan penanganan darurat bencana di wilayah terdampak menjadi kewenangan dan tanggungjawab pemerintah kabupaten/kota bersangkutan.

2. Status Keadaan Darurat Bencana Provinsi

Status keadaan darurat bencana provinsi ditetapkan atas pertimbangan bahwa pemerintah kabupaten/kota terdampak tidak memiliki kemampuan satu atau lebih hal-hal sebagai berikut:

- 1) Memobilisasi sumberdaya manusia untuk upaya penanganan darurat bencana
- 2) Mengaktivasi sistem komando penanganan darurat bencana
- 3) Melaksanakan penanganan awal keadaan darurat bencana mencakup penyelamatan dan evakuasi korban/penduduk terancam serta pemenuhan kebutuhan dasar.

Ketidakmampuan pemerintah kabupaten/kota sebagaimana dimaksud penjelasan diatas ditentukan oleh:

- 1) Pernyataan resi dari Bupati/Walikota terdampak yang menerangkan adanya ketidakmampuan di dalam melaksanakan upaya penanganan darurat bencana.
- 2) Pernyataan tersebut diatas, harus dikuatkan dan didukung oleh laporan hasil pengkajian cepat yang dilakukan oleh Pemerintah Provinsi. Apabila hasil pengkajian cepat memang benar menunjukkan adanya ketidakmampuan di dalam mengelola penanganan darurat bencana, maka dengan demikian

kewenangan dan tanggungjawab penyelenggaraan dan penanganan darurat bencana di wilayah terdampak dapat beralih kepada Pemerintah Provinsi bersangkutan. Selanjutnya Gubernur menetapkan status keadaan darurat bencana provinsi.

3. Status Keadaan Darurat Bencana Nasional

Status keadaan darurat bencana nasional ditetapkan atas pertimbangan Pemerintah Provinsi terdampak tidak memiliki kemampuan satu atau lebih hal-hal sebagai berikut:

- 1) Memobilisasi sumberdaya manusia untuk upaya penanganan darurat bencana.
- 2) Mengaktivasi sistem komando penanganan darurat bencana,
- 3) Melaksanakan penanganan awal keadaan darurat bencana mencakup penyelamatan dan evakuasi korban/penduduk terancam serta pemenuhan kebutuhan dasar.

Ketidakmampuan Pemerintah Provinsi sebagaimana dimaksud penjelasan diatas ditentukan oleh:

- 1) Pernyataan resmi dari Gubernur wilayah provinsi terdampak yang menerangkan adanya ketidakmampuan di dalam melaksanakan upaya penanganan darurat bencana.
- 2) Pernyataan tersebut diatas, harus dikuatkan dan didukung oleh laporan hasil pengkajian cepat yang dilakukan oleh Pemerintah (dalam hal ini BNPB dan Kementrian/Lembaga terkait). Apabila hasil pengkajian cepat memang benar menunjukkan adanya ketidakmampuan di dalam mengelola penanganan darurat bencana, maka dengan demikian kewenangan dan tanggungjawab

penyelenggaraan penanganan darurat bencana di wilayah terdampak dapat beralih kepada pemerintah. Selanjutnya presiden menetapkan status keadaan darurat bencana nasional (BNPB, 2016).

2.3.5 Dampak Bencana Pada Sistem Manusia, Properti dan Lingkungan

Bencana yang terjadi secara mendadak dan cepat umumnya mengakibatkan perasaan syok dan ketidakberdayaan pada korban. Dampak bencana yang ditimbulkan dapat terjadi pada sistem manusia secara holistik, dampak pada sistem properti, dan pada sistem lingkungan.

1. Dampak bencana pada sistem manusia

1. Dampak bencana pada aspek fisik

Secara umum, setiap bencana akan mempengaruhi sistem tubuh manusia. Pada aspek fisik, dampak yang ditimbulkan dapat berupa badan terasa tegang, cepat lelah, susah tidur, mudah terkejut, palpitasi, mual, perubahan nafsu makan, dan kebutuhan seksual menurun (Toomoko, 2009; Mundakir, 2009).

2. Dampak Bencana pada Aspek Psikologis

Berdasarkan hasil penelitian empiris, dampak psikologis dari bencana dapat diketahui berdasarkan tiga faktor yaitu faktor pra bencana, faktor bencana dan faktor pasca bencana (Tomoko, 2009)

1) Faktor pra bencana. Dampak psikologis pada faktor pra bencana ini dapat ditinjau dari beberapa hal dibawah ini:

(1) Jenis kelamin. Perempuan mempunyai resiko lebih tinggi terkena dampak psikologis di banding laki-laki dengan perbandingan $\geq 2:1$

- (2) Usia dan pengalaman hidup. Kecenderungan kelompok usia rentan stres masing-masing negara berbeda karena perbedaan kondisi sosial, politik, ekonomi, dan latar belakang sejarah negara yang bersangkutan. Adanya pengalaman berhasil dalam menghadapi bencana masa lalu dapat meringankan rasa cemas pada saat timbulnya bencana, dan meningkatkan kemampuan menghadapi bencana, apalagi bila pengalaman ini ditambah dengan pengetahuan dan pelatihan tentang bencana.
- (3) Faktor budaya, ras, karakter khas etnis. Dampak yang ditimbulkan bencana ini lebih besar di negara berkembang dibandingkan dengan di negara maju. Pada kelompok usia muda tidak ada gejala khas untuk etnis tertentu baik pada etnis mayoritas maupun etnis minoritas, sedangkan pada kelompok usia dewasa, etnis minoritas cenderung mengalami dampak psikologis dibanding mayoritas
- (4) Sosial ekonomi. Dampak bencana pada individu berbeda menurut latar belakang pendidikan, proses pembentukan kepribadian, penghasilan dan profesi. Individu dengan kedudukan sosio- ekonomi yang rendah akan mengalami stress pasca trauma lebih berat. Bencana yang terjadi akan mempengaruhi kedudukan sosio- ekonomi seseorang atau keluarga.
- (5) Keluarga. Pengalaman bencana akan mempengaruhi stabilitas keluarga seperti tingkat stres dalam perkawinan, posisi sebagai orangtua terutama orangtua perempuan. Gejala psikis pada orang tua

ini akan berdampak pada anak sehingga perhatian pada orang tua dalam keluarga akan berdampak positif pada anak.

- (6) Tingkat kekuatan mental dan kepribadian. Hampir semua hasil penelitian menyimpulkan bahwa kondisi kesehatan mental pra bencana dapat dijadikan dasar untuk memprediksi dampak patologis pasca bencana. Individu dengan masalah kesehatan jiwa akan mengalami stres yang lebih berat dibandingkan dengan individu dengan kondisi psikologis yang stabil.

2) Faktor bencana.

Pada factor ini, dampak psikologis dapat ditinjau dari beberapa hal dibawah ini:

- (1) Tingkat keterpaparan. Keterpaparan seseorang akan masalah yang dihadapi merupakan variabel penting untuk memprediksi dampak psikologis korban bencana
- (2) ditinggal mati oleh sanak keluarga atau sahabat
- (3) diri sendiri atau keluarga terluka
- (4) merasakan ancaman keselamatan jiwa atau mengalami ketakutan yang luarbiasa
- (5) mengalami situasi panik pada saat bencana
- (6) pengalaman berpisah dengan keluarga, terutama pada korban usia muda
- (7) kehilangan harta benda dalam jumlah besar
- (8) pindah tempat tinggal akibat bencana

(9) bencana yang menimpa seluruh komunitas. Hal ini mengakibatkan rasa kehilangan pada individu dan memperkuat perasaan negatif dan memperlemah perasaan positif.

3) Faktor pasca bencana. Dampak psikologis pasca bencana dapat diakibatkan oleh kegiatan tertentu dalam siklus kehidupan dan stres kronik pasca bencana yang terkait dengan kondisi psikiatrik korban bencana. Hal ini perlu adanya pemantauan dalam jangka panjang oleh tenaga spesialis. Hal lain yang penting diperhatikan pasca bencana adalah menginventarisasi semua sumberdaya yang ada secara terinci, konkrit dan diumumkan.

3. Dampak bencana pada aspek sosial-budaya

Kejadian bencana pasti menimbulkan kerugian, namun tidak semua kerugian dapat dihitung. Kerugian tak kasat mata namun membutuhkan perhatian serius terlihat pada aspek sosial-budaya, Menurut Michael Cernea dalam Mirdasy (2007), seorang antropologi dari George Washington University, Amerika Serikat menjelaskan bahwa dampak disintegrasi sosial, tercerai-berainya masyarakat, dan hancurnya budaya sangatlah serius, meskipun tak kasatmata dan tak bisa dikuantifikasi. Rusaknya komunitas, hancurnya struktur tatanan masyarakat, tercerai-berainya jaringan formal dan informal, perkumpulan-perkumpulan, merupakan kehilangan modal sosial yang sangat mahal.

4) Dampak bencana pada aspek spiritual

Spiritual digambarkan sebagai pengalaman seseorang atau keyakinan seseorang, dan merupakan bagian dari kekuatan yang ada pada diri seseorang dalam memaknai kehidupannya. Dyson, Cobb, dan Forman (1997) menyatakan bahwa spiritual menggabungkan perasaan dari hubungan dengan dirinya sendiri, dengan orang lain dan dengan kekuatan yang lebih tinggi.

Kejadian bencana dapat merubah pola spiritualitas seseorang. Ada yang bertambah meningkat aspek spiritualitasnya ada pula yang sebaliknya. Bagi yang meningkatkan aspek spiritualitasnya berarti mereka meyakini bahwa apa yang terjadi merupakan kehendak dan kuasa sang Pencipta yang tidak mampu di tandingi oleh siapapun. Mereka mendekat dengan cara meningkatkan spiritualitasnya agar mendapatkan kekuatan dan pertolongan dalam menghadapi bencana atau musibah yang dialaminya. Sedangkan bagi yang menjauh umumnya karena dasar keimanan atau keyakinan terhadap sang pencipta rendah, atau karena putus asa.

5) Dampak bencana pada Aspek Psikososial

Aspek psikososial merupakan aspek hubungan yang dinamis antara dimensi psikologis/kejiwaan dan sosial. Penderitaan dan luka psikologis yang dialami individu memiliki kaitan erat dengan keadaan sekitar atau kondisi sosial. Pemulihan psikososial bagi individu maupun kelompok masyarakat ditujukan untuk meraih kembali fungsi normalnya sehingga tetap menjadi produktif dan menjalani hidup yang bermakna setelah peristiwa yang traumatik (Iskandar, Dharmawan & Tim Pulih, 2005). Dengan demikian

dampak psikososial adalah suatu perubahan psikis dan sosial yang terjadi setelah adanya bencana atau peristiwa traumatik misalnya gempa, tsunami, banjir, dan tanah longsor.

2. Dampak Bencana Pada Properti

Bencana yang terjadi sangat berpengaruh terhadap properti, dapat terlihat dengan jelas misalnya pada kejadian gempa menimbulkan hancurnya bangunan-bangunan sekolah, tempat ibadah, tempat pelayanan kesehatan, pertokoan, hingga rumah dan tempat tinggal warga.

3. Dampak Bencana Pada Lingkungan

Akibat terjadinya bencana alam, tentu menimbulkan kerugian bagi kehidupan masyarakat seperti rusaknya rumah, rusaknya fasilitas umum, hilangnya harta benda bahkan sampai menimbulkan korban jiwa. Rusaknya rumah masyarakat akibat bencana alam, menyebabkan masyarakat pindah ketempat pengungsian dengan persediaan fasilitas hidup yang terbatas atau mengungsi ketempat saudara yang jaraknya cukup jauh dari tempat kejadian.

2.3.6 Dampak Bencana Bagi Remaja

Menurut Sherif & Sherif, Sarafino dalam Nasution (2007) bencana dapat membuat individu berperilaku kooperatif, dalam situasi lain individu dapat mengembangkan sikap bermusuhan. Respon emosional anak-anak dan remaja terhadap bencana ini dapat berkisar dari perubahan minimal dan durasi singkat tanpa perlu menyiratkan patologi (Cohen et al. 2009), hingga munculnya respons psikopatologis, seperti stres pasca trauma (Alisic dan Kleber 2010; Norris and Elrod 2006), baik dalam bentuk gangguan (PTSD) atau gejala (PTSS). Namun demikian,

telah ditunjukkan bahwa anak-anak dan remaja juga bisa melawan situasi yang tidak menguntungkan dengan kekuatan yang tak terduga (Alisic et al. 2008), Lock & Jannas dalam (Mohammadinia et al., 2018) menyatakan bahwa masa kecil adalah waktu yang tepat untuk membangun resiliensi, perlu dipertimbangkan potensi dan kapasitas resiliensi anak - anak dan remaja untuk mengurangi risiko bencana.

Kategori gejala stress pasca trauma meliputi:

1. Hiperarousal

Gejala-gejala hiperarousal meliputi: kesulitan tidur dan konsentrasi, mudah terkejut, mudah marah, marah, gelisah, panik, dan *hypervigilance* (menjadi waspada terhadap bahaya).

2. *Re-experience*

Gejala-gejala *Re-experience* meliputi: kenangan yang mengganggu, mimpi buruk, kilas balik, reaksi berlebihan terhadap pengingat peristiwa, dan pengulangan kembali (termasuk mengalami kembali gejala fisik ketika tubuh 'ingat'.

3. *Avoidence*

Gejala *Avoidence* / penghindaran meliputi: kehilangan minat dalam hidup dan orang lain, keputusasaan, isolasi, menghindari pikiran dan perasaan yang terkait dengan peristiwa traumatis, merasa terpisah dan terpisah dari orang lain, penarikan diri, depresi, dan anestesi emosional. Keasyikan dengan menghindari trauma atau perasaan dan pikiran yang terkait dengan trauma dapat menjadi fokus utama dari kehidupan orang yang selamat.

Reaksi remaja terhadap bencana (Purnamasari, 2016):

1. Somatik (*Somatic*)

Gangguan makan, kehilangan energi, keluhan fisik (sakit kepala, sakit perut), gangguan tidur (*insomnia*)

2. Kognitif (*Cognitive*)

Masalah perhatian dan konsentrasi, performance sekolah yang kurang, masalah memori, gangguan terhadap gambaran visual, suara, pikiran dan bau

3. Emosional (*Emotional*)

Kecemasan, *belligerence*, menolak, takut tumbuh, reaksi berduka, merasa salah karena hidup, malu, terhina, depresi, dendam, pikiran bunuh diri, kontrol impulsif yang lemah, putus asa.

4. Perilaku (*Behavioral*)

Respon mengejutkan, perilaku *acting-out*, kecenderungan kecelakaan, masalah hubungan dengan teman sebaya, masuk ke masa dewasa secara prematur, penolakan sosial dan isolasi, menolak sekolah, kurang tanggung jawab, kurang tertarik terhadap aktivitas yang menyenangkan, penggunaan alkohol dan obat-obatan terlarang

5. Self

Perasaan tidak punya harapan, isolasi, peningkatan fokus diri dan kesadaran diri, kehilangan kepercayaan diri, harga diri rendah, gambaran diri negatif, perubahan personal, pandangan dunia pesimis, tingkat kecemasan yang tinggi termasuk terhadap masa depan.

2.4 Adaptasi

2.4.1 Definisi Adaptasi

Adaptasi menurut (Rapaport, 1971: Ritohardoyo, 2005 dalam Sutigno, adityalistian & pigawati, 2015) adalah suatu proses dari makhluk hidup atau kelompok makhluk hidup dalam mengubah keadaan-keadaan, struktur, atau susunan-susunan mereka secara responsif, memelihara keseimbangan (homeostatis) di dalam dan di antara mereka sendiri pada fluktuasi lingkungan jangka pendek dan perubahan susunan atau struktur lingkungan mereka dalam jangka panjang.

Mekanisme penyesuaian diri (Adaptasi) menurut W.A. Gerungan (1996) adalah mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan diri). Mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan sifatnya pasif (*autoplastis*), misalnya seorang bidan desa harus dapat menyesuaikan diri dengan norma-norma dan nilai yang berlaku di masyarakat tempat bertugas. Sebaliknya apabila individu berusaha merubah lingkungan sesuai keinginan diri sifatnya adalah aktif (*alloplastis*), misalnya seorang bidan desa ingin merubah perilaku ibu-ibu desa untuk menyusui bayi sesuai dengan manajemen laktasi.

Soeharto Heerdjan (1987) berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah usaha atau perilaku yang tujuannya mengatasi kesulitan dan Hambatan. Adaptasi merupakan pertahanan yang didapat sejak lahir atau diperoleh karena belajar dari pengalaman untuk mengatasi stress. Cara mengatasi stress dapat berupa membatasi tempat terjadinya stress, mengurangi, atau menetralsisir pengaruhnya. Adaptasi adalah suatu cara penyesuaian yang berorientasi pada tugas (*task oriented*)(Sunaryo, 2004).

1. Tujuan Adaptasi

1) Menghadapi tuntutan secara sadar

Individu menyadari perubahan pasca bencana dan berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi

2) Menghadapi tuntutan secara realistis dan rasional

Bencana menyebabkan perubahan terhadap kehidupan dan lingkungan, namun hidup terus berlanjut sehingga tidak berlarut-larut dalam kesedihan lebih baik melakukan sesuatu untuk mencari solusi terbaik dalam menghadapi bencana.

3) Menghadapi tuntutan secara objektif

Menyadari perubahan pasca bencana dan bersikap lapang dada

Cara yang ditempuh dapat bersifat terbuka maupun tertutup, yaitu:

1) Menghadapi tuntutan secara frontal (terang-terangan).

Bersikap tegar, membangun kembali rumah yang hancur, bekerja keras mengembalikan keadaan seperti semula (terang-terangan)

2) Regresi (menarik diri) atau tidak mau tahu sama sekali.

Menjadi pendiam dan penyendiri, menarik diri dari lingkungan sosial

3) Kompromi (kesepakatan).

Melakukan pekerjaan seadanya untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari

Contoh lain: seorang mahasiswa gagal dalam ujian, mungkin ia akan bekerja keras (terang-terangan), regresi dengan keluar dari pendidikan, serta mungkin mau mengulang lagi dengan semampunya (kompromi).

2. Jenis Adaptasi

1) Adaptasi fisiologis: dapat terjadi secara lokal atau umum.

Contoh:

(1) Seseorang yang mampu mengatasi stres, tangannya tidak berkeringat dan tidak gemetar, serta wajahnya tidak pucat

(2) Seseorang yang mampu beradaptasi dengan keadaan yang berat dan merasa mengalami gangguan apa-apa pada organ tubuh

2) Adaptasi psikologis, dapat terjadi secara:

(1) Sadar: individu mencoba memecahkan/menyesuaikan diri dengan masalah

(2) Tidak sadar: menggunakan mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*).

(3) Menggunakan gejala fisik (konversi) atau psikofisiologik/psikosomatik.

3. Bentuk adaptasi masyarakat pasca bencana rob dalam penelitian Sutigno, aditya listian & pigawati, (2015)

Bentuk adaptasi tersebut antara lain:

1. Adaptasi aktif

Dalam adaptasi aktif tindakan yang dilakukan masyarakat antara lain dengan mengubah atau memodifikasi tempat tinggal, lahan mata pencaharian, dan fasilitas umum.

2. Adaptasi pasif

Bentuk adaptasi pasif di sini adalah berupa pemahaman masyarakat dari pengalaman turun temurun tentang kapan rob bisa terjadi. Dalam hal ini masyarakat menggunakan ilmu titen atau prediksi.

3. Adaptasi sosial

Adaptasi Sosial di sini adalah berupa wujud kegotong royongan dan kekompakan masyarakat dalam menghadapi rob.

4. Adaptasi ekonomi

Masyarakat beradaptasi untuk memenuhi kehidupan mereka dengan meninggalkan mata pencaharian di Desa Sriwulan, yang dulunya petani tambak, sekarang bekerja menjadi buruh untuk mampu beradaptasi.

5. Adaptasi Budaya

Budaya kegotong royongan dan keagamaan senantiasa dipertahankan dan diperkuat dikarenakan semua hal tersebut mampu menjadi kekuatan dalam bertahan di lingkungan yang saling membutuhkan untuk menghadapi bencana rob secara bersama sama.

2.4.2 Teori Adaptasi Roy

Asumsi Dasar Teori:

Model Adaptasi dari Roy pertama kali dipublikasikan pada tahun 1970 dengan asumsi dasar:

1. Setiap orang selalu menggunakan koping yang bersifat positif maupun negatif. Kemampuan beradaptasi seseorang dipengaruhi oleh tiga komponen yaitu; penyebab utama terjadinya perubahan, terjadinya perubahan dan pengalaman beradaptasi.
2. Individu selalu berada dalam rentang sehat-sakit, yang berhubungan erat dengan keefektifan koping yang dilakukan untuk memelihara kemampuan adaptasi.

Roy menjelaskan bahwa respon yang menyebabkan penurunan integritas tubuh akan menimbulkan suatu kebutuhan dan menyebabkan individu tersebut berespon melalui upaya atau perilaku tertentu. Setiap manusia selalu berusaha menanggulangi perubahan status kesehatan dan perawat harus merespon untuk membantu manusia beradaptasi terhadap perubahan ini.

Terdapat 3 tingkatan stimuli adaptasi pada manusia, diantaranya:

1. Stimuli Fokal yaitu stimulus yang langsung beradaptasi dengan seseorang dan akan mempunyai pengaruh kuat terhadap seorang individu.
2. Stimuli Kontekstual yaitu stimulus yang dialami seseorang dan baik internal maupun eksternal yang dapat mempengaruhi, kemudian dapat dilakukan observasi, diukur secara subyektif.
3. Stimuli Residual yaitu stimulus lain yang merupakan ciri tambahan yang ada atau sesuai dengan situasi dalam proses penyesuaian dengan lingkungan yang sukar dilakukan observasi.

Proses adaptasi yang dikemukakan Roy:

1. Mekanisme koping

Pada sistem ini terdapat dua mekanisme yaitu pertama mekanisme koping bawaan yang prosesnya secara tidak disadari manusia tersebut, yang ditentukan secara genetik atau secara umum dipandang sebagai proses yang otomatis pada tubuh. Kedua yaitu mekanisme koping yang didapat dimana coping tersebut diperoleh melalui pengembangan atau pengalaman yang dipelajarinya

2. Regulator subsistem

Merupakan proses koping yang menyertakan subsistem tubuh yaitu saraf, proses kimiawi, dan sistem endokrin.

3. Kognator subsistem

Proses koping seseorang yang menyertakan empat sistem pengetahuan dan emosi: pengolahan persepsi dan informasi, pembelajaran, pertimbangan, dan emosi.

Sistem adaptasi memiliki empat model adaptasi yang akan berdampak terhadap respon adaptasi diantaranya:

1. Fungsi Fisiologis; Sistem adaptasi fisiologis diantaranya adalah oksigenasi, nutrisi, eliminasi, aktivitas dan istirahat, integritas kulit, indera, cairan dan elektrolit, fungsi neurologis dan endokrin.
2. Konsep diri; Bagaimana seseorang mengenal pola-pola interaksi sosial dalam berhubungan dengan orang lain.
3. Fungsi peran; Proses penyesuaian yang berhubungan dengan bagaimana peran seseorang dalam mengenal pola-pola interaksi sosial dalam berhubungan dengan orang lain.
4. Interdependen; Kemampuan seseorang mengenal pola-pola tentang kasih sayang, cinta yang dilakukan melalui hubungan secara interpersonal pada tingkat individu maupun kelompok.

Terdapat dua respon adaptasi yang dinyatakan Roy yaitu:

1. Respon yang adaptif dimana terminologinya adalah manusia dapat mencapai tujuan atau keseimbangan sistem tubuh manusia.

2. Respon yang tidak adaptif dimana manusia tidak dapat mengontrol dari terminologi keseimbangan sistem tubuh manusia, atau tidak dapat mencapai tujuan yang akan diraih. Respon tersebut selain menjadi hasil dari proses adaptasi selanjutnya akan juga menjadi umpan balik terhadap stimuli adaptasi.

Gambar 2.1 Skema Model Adaptasi Roy

Sumber:

http://currentnursing.com/nursing_theory/application_Roy%27s_adaptation_model.htm

2.4.3 Faktor yang mempengaruhi adaptasi pada remaja pasca bencana

Wu, (2013) dalam penelitiannya menyebutkan faktor yang mempengaruhi adaptasi pasca bencana pada remaja pribumi di Taiwan adalah:

1. Jenis kelamin remaja
2. Agama
3. Persepsi perubahan kehidupan secara keseluruhan
4. Fungsi keluarga
5. Kepuasan dengan keluarga

2.5 Keaslian Penelitian

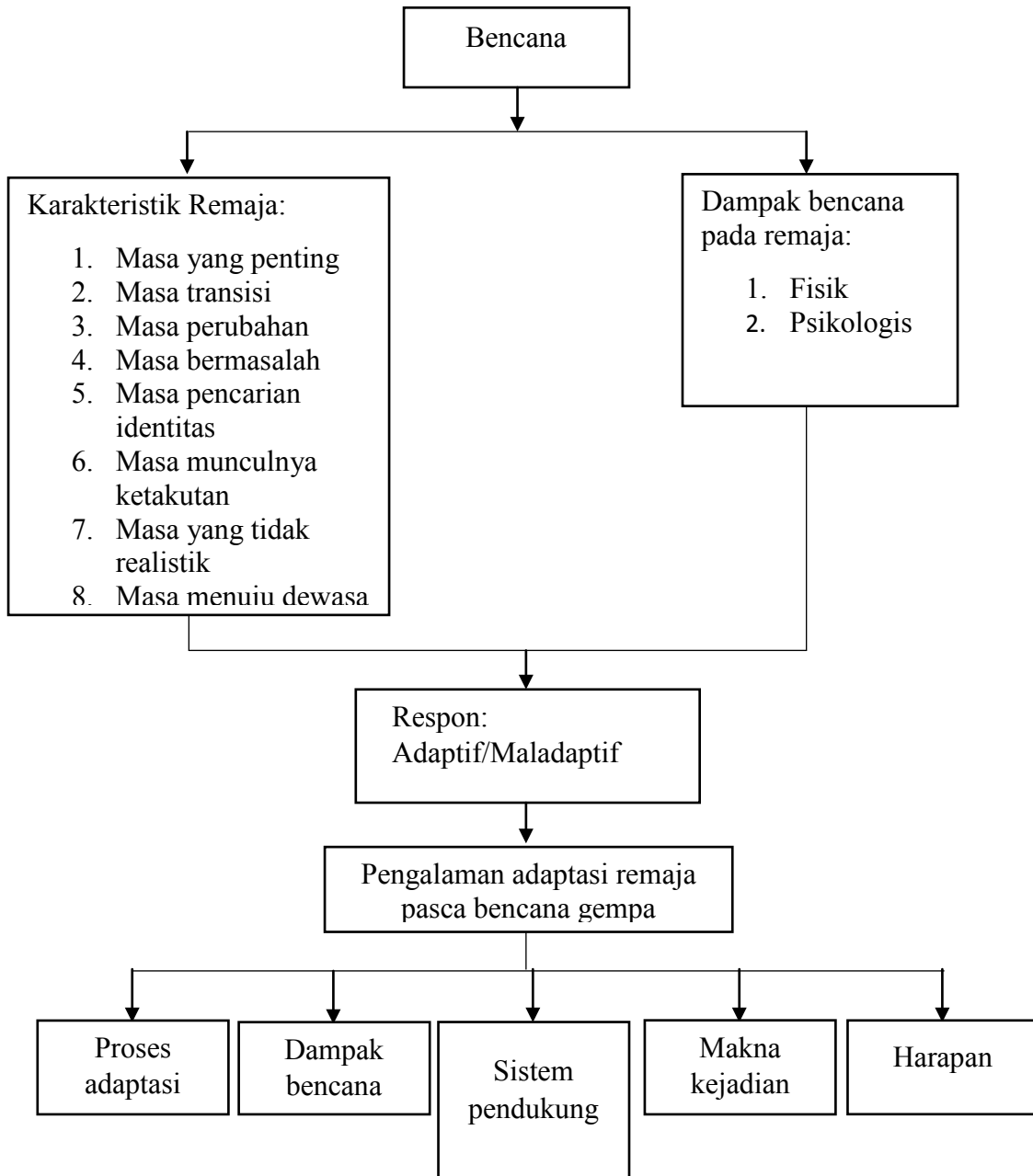
Tabel 2.4 Keaslian Penelitian

No	Judul Karya Ilmiah dan Penulis	Metode (Desain, Sampel, Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil
1.	<i>Protectors of Indigenous Adolescents' Post-disaster Adaptation in Taiwan</i> (Hui-Ching Wu, 2013) Keywords: <i>Transition; Family; Indigenous; adolescence; Adaptation; Nature disaster</i> (Scopus)	D : <i>Cross-sectional</i> S : 152 orang remaja menggunakan purposive sampling V : Independen : <i>Adolescents</i> Dependen : <i>Adaptation</i> I : Kuesioner A: <i>Multiple Regretion</i>	Jenis kelamin remaja pribumi, agama, persepsi perubahan kehidupan secara keseluruhan dan fungsi keluarga, dan kepuasan dengan keluarga mempengaruhi seberapa baik remaja beradaptasi setelah bencana regional
2.	<i>Psychiatric symptoms experienced by adolescents in Nepal following the 2015 earthquakes</i> (Sanju Silwala, Ragnhild Dybdahl, Roshan Chudala, Andre Sourandera, Lars Lien, 2018) Keywords: <i>Adolescent Earthquake Mental health Post-traumatic stress disorder (PTSD)</i> (Scopus)	D : <i>Cross-sectional</i> S : <i>Cluster Random Sampling</i> , sebanyak 893 orang V : Independen: <i>Psychiatric symptoms</i> Dependen: <i>adolescents</i> I : kuesioner A : Analisis Regresi	1. Satu tahun setelah gempa bumi, remaja yang tinggal di Sindhupalchok memiliki prevalensi PTSS dan gejala depresif yang lebih tinggi daripada mereka yang tinggal di Kathmandu. Faktor sosial-ekonomi dan gempa terkait dengan hasil psikiatri. 2. faktor-faktor yang terkait dengan PTSS dan depresi adalah: menjadi perempuan, paparan sebelumnya terhadap trauma dan secara langsung dipengaruhi oleh gempa bumi.
3.	<i>Characteristics and components of children's and</i>	D : kualitatif studi dengan pendekatan konten analisis	Ketahanan anak-anak dalam bencana alam, dengan pendekatan

<p><i>adolescents' resilience in disasters in Iran</i> (Leila Mohammadinia, Davoud Khorasani-Zavareh, Abbas Ebadi, Hossein Malekafzali, Ali Ardalan & Mojtaba Fazel, 2018).</p>	<p>S :23 orang I : Wawancara semi-terstruktur, FGD A : Analisis konten konvensional</p>	<p>psikologis positif, menunjukkan dua kategori, yang terdiri dari komponen internal dan eksternal. Komponen-komponen ini termasuk komponen psikologis, emosional, kognitif, mental, spiritual, dan fisik, serta keterampilan sosial dan beha-vioural yang secara langsung dan tidak langsung mempengaruhi ketahanan anak-anak. Mempromosikan komponen-komponen ini pada anak-anak dapat meningkatkan kesiapan mereka di saat bencana dan mengurangi kerentanan mereka.</p>
<p>Keywords: <i>Resilience; disasters; children and adolescents; qualitative study; Iran</i> (Scopus)</p>		
<p>4. Bentuk Adaptasi Masyarakat Terhadap Bencana Rob Di Desa Sriwulan Kecamatan Sayung Kabupaten Demak (Aditya Listiyan Sutigno, Bitta Pigawati, 2015)</p>	<p>D : Kuantitatif dengan pendekatan analisis deskriptif kuantitatif dan deskriptif kualitatif S : <i>Purposive sampling</i> dan <i>Random sampling</i> sebanyak 99 responden. V : Independen : Bencana Rob Dependen : Adaptasi Masyarakat I : Kuesioner, wawancara, pengumpulan data sekunder</p>	<p>Bentuk adaptasi yang dilakukan warga terhadap bencana Rob:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adaptasi aktif Dalam adaptasi aktif tindakan yang dilakukan masyarakat antara lain dengan mengubah atau memodifikasi tempat tinggal, lahan mata pencaharian, dan fasilitas umum yang ada 2. Adaptasi pasif berupa pemahaman masyarakat dari pengalaman turun temurun tentang kapan rob bisa terjadi. 3. Adaptasi sosial berupa wujud kegotong royongan dan kekompakan masyarakat dalam menghadapi rob 4. Adaptasi ekonomi Masyarakat beradaptasi untuk
<p>Keywords: Masyarakat, Rob, Adaptasi (Neliti)</p>		

			memenuhi kehidupan mereka dengan meninggalkan mata pencaharian di Desa Sriwulan
			5. Adaptasi Budaya Dalam hal ini, budaya kegotong royongan dan keagamaan
5.	<i>Understanding the Impact of Natural Disasters on Psychological Outcomes in Youth from Mainland China: a Meta-Analysis of Risk and Protective Factors for Post-Traumatic Stress Disorder Symptoms</i> (Arlene T. Gordon-Hollingsworth, Nisha Yao, Huijing Chen, Mingyi Qian, Sen Chen, 2015)	D :Meta Analisis S : total 88.045 peserta V : - Independen : <i>Risk and Protective Factors</i> - Dependent : <i>Post Traumatic Disorder</i> I : 59 studi A : -Koefisien korelasi Pearson - Analisis moderasi	- Faktor risiko kecil-sedang: usia, jenis kelamin, menyaksikan orang meninggal, kehilangan harta benda, trauma sebelumnya, keparahan terpapar, ketakutan, relokasi. - Faktor risiko sedang-besar: memaknai peristiwa hidup negatif dan coping negatif, munculnya kecemasan pasca trauma, depresi pasca trauma dan PTSD - faktor protektif : ayah dengan pendidikan lebih tinggi, coping positif, dukungan sosial.
	<i>Keywords:</i> <i>Adolescent; Children; Cultural issues; Mental health; Natural disaster (Scopus)</i>		

2.9. Kerangka Pikir



Gambar 2.2 Kerangka pikir Pengalaman Adaptasi Remaja Pasca Bencana Gempa di Kecamatan Pemenang, Lombok Utara Nusa Tenggara Barat

Kerangka berfikir diatas menggambarkan perubahan pada remaja setelah bencana. Bencana berdampak secara fisik dan psikologis pada remaja. Karakteristik remaja adalah sedang dalam masa transisi menuju masa dewasa, masa pencarian jati diri, masa perubahan, masa yang penting, masa bermasalah, serta tidak realistis, kejadian gempa akan menimbulkan efek traumatis dan mengakibatkan perubahan perilaku dan psikologis. Respon adaptasi yang dilalui oleh remaja setelah bencana dapat terjadi secara adaptif dan maladaptif, dalam penelitian ini akan di eksplorasi bagaimana proses adaptasi remaja pasca bencana, bagaimana dampak kejadian bencana bagi remaja, sistem yang mendukung remaja melalui dampak pasca bencana, bagaimana remaja memaknai kejadian bencana dan harapan remaja setelah kejadian bencana gempa.