

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Indonesia merupakan wilayah yang sangat rentan terhadap bencana alam akibat posisi geografisnya yang terletak di garis khatulistiwa, di antara benua Asia dan Australia, serta antara Samudra Pasifik dan Samudra Hindia. Letak geografis ini menyebabkan Indonesia mengalami variabilitas iklim yang ekstrem, ditandai dengan musim hujan dan kemarau yang intens. Selain itu, dinamika iklim global turut memengaruhi kondisi iklim lokal di Indonesia, yang berpotensi memicu berbagai bencana alam seperti banjir, kekeringan, dan kebakaran hutan. Banjir terjadi apabila volume aliran air di sungai mengalami peningkatan signifikan yang jauh melampaui kondisi normal, sehingga kapasitas saluran sungai tidak mampu menampung debit air yang berlebihan tersebut. Akibatnya, air meluap keluar dari alur sungai dan menggenangi wilayah-wilayah di sekitarnya, termasuk area pemukiman, lahan pertanian, atau infrastruktur lainnya. Fenomena ini umumnya dipicu oleh curah hujan yang tinggi dan berlangsung secara terus-menerus dalam jangka waktu yang cukup lama, yang menyebabkan akumulasi air yang berlebihan di sistem drainase alami maupun buatan.

Laporan dari *United Nations for Disaster Risk Reduction UNDRR* (2023) yaitu terjadi sebanyak 321 bencana alam di seluruh dunia yang berdampak pada sejumlah 118 negara. Bencana banjir menduduki posisi teratas dengan total 163 kejadian, yang mana setara dengan 50,77% dari keseluruhan. Pada posisi kedua yaitu badai dengan 66 kejadian (20,56%), posisi ketiga diikuti oleh gempa bumi dengan 30 kejadian (9,34%), kekeringan dengan 20 kejadian (6,23%), dan tanah longsor dengan 17 kejadian (5,29%).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) (2024), terhitung dari 1 Januari sampai 8 Desember 2024, angka kejadian bencana di Indonesia tercatat 1.918 kejadian, antara lain banjir 962 kejadian, cuaca ekstrem 410 kejadian, kebakaran hutan

dan lahan 336 kejadian, tanah longsor 120 kejadian, kekeringan 54 kejadian, gempa bumi 18 kejadian, gelombang pasang dan abrasi 13 kejadian serta erupsi gunung api 5 kejadian. Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ketiga di Indonesia pada tahun 2024 dengan 185 kejadian bencana dalam kurun waktu satu tahun, antara lain, banjir 62 kejadian, cuaca ekstrem 59 kejadian, kebakaran hutan dan lahan 38 kejadian, tanah longsor 17 kejadian, dan kekeringan 8 kejadian. Banjir merupakan jenis bencana yang paling sering terjadi, menunjukkan tren peningkatan frekuensi bencana hidrometeorologi di Indonesia (DIBI BNPB, 2024).

Kejadian bencana banjir yang terjadi pada tahun 2024, terdapat sekitar 750 bencana banjir di Indonesia dari total 1.300 bencana. Badan Penanggulangan Bencana Daerah Jawa Tengah (2025) menyebutkan di Jawa Tengah banjir juga menjadi masalah yang signifikan, dengan beberapa laporan mengenai kejadian bencana banjir yang mempengaruhi beberapa daerah, diantara beberapa bencana yang terjadi di Jawa Tengah tahun 2024 terdapat 37 kejadian banjir dengan presentase sekitar 35 % dari total bencana yang tercatat.

Tabel 1. 1 Kejadian Banjir Di Provinsi Jawa Tengah 2023

NO	KABUPATEN/KOTA	JUMLAH KEJADIAN BANJIR
1.	Kota Semarang	6
2.	Kabupaten Demak	6
3.	Kabupaten Jepara	6
4.	Kabupaten Grobogan	6
5.	Kabupaten Blora	6
6.	Kota Pekalongan	5
7.	Kabupaten Pati	5
8.	Kabupaten Wonogiri	5
9.	Kabupaten Brebes	4
10.	Kabupaten Purbalingga	4
11.	Kabupaten Sukoharjo	3
12.	Kabupaten Klaten	3
13.	Kabupaten Sragen	3
14.	Kabupaten Rembang	3
15.	Kabupaten Semarang	3
16.	Kabupaten Tegal	3

Sumber : (BPS, 2024)

Berdasarkan Data Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah (2023) beberapa daerah yang menunjukkan kejadian banjir tertinggi seperti Kota Semarang, Kabupaten Demak, Kabupaten Jepara, dan Kabupaten Grobogan

berjumlah 6 kejadian. Data tersebut juga menunjukkan data Kabupaten Sragen menempati urutan ke empat dengan jumlah 3 kejadian bencana banjir.

Tabel 1. 2 Kejadian Banjir di Kabupaten Sragen Tahun 2024

NO	KECAMATAN	KEJADIAN BANJIR
1.	Kecamatan Sidoharjo	5
2.	Kecamatan Sragen	4
3.	Kecamatan Masaran	3
4.	Kecamatan Gondang	2
5.	Kecamatan Karangmalang	1
6.	Kecamatan Ngrampal	1
7.	Kecamatan Sambungmacan	1
8.	Kecamatan Sambirejo	1
9.	Kecamatan Plupuh	1
10.	Kecamatan Tanon	1
11.	Kecamatan Gesi	1

Sumber : (Prasakti, 2024)

Bencana merupakan serangkaian kejadian yang mengancam dan mengganggu kehidupan masyarakat, yang disebabkan oleh faktor alam, non-alam, atau manusia. Dampak bencana tidak hanya mencakup kerusakan fisik dan kerugian materi, tetapi juga meninggalkan luka psikologis yang mendalam bagi individu dan komunitas terdampak (Lainsamputty et al., 2022) Di Indonesia, sebagai negara yang rentan terhadap berbagai jenis bencana, kejadian banjir mendominasi frekuensi bencana yang terjadi setiap tahunnya (Taryana et al., 2022).

Banjir merupakan bencana yang disebabkan oleh faktor hidrometeorologi. Banjir adalah peristiwa atau keadaan terendamnya suatu daerah atau daratan karena volume air yang meningkat. (BPBD, 2023). Faktor penyebab banjir yaitu curah hujan, karakteristik daerah aliran sungai, kemampuan alur sungai mengalirkan air banjir, perubahan tata guna lahan, pengelolaan sungai meliputi tata wilayah, pembangunan sarana dan prasarannya hingga tata pengaturannya (Nduru et al., 2022).

Banjir tidak hanya membawa kerusakan fisik tetapi juga meninggalkan luka psikologis yang mendalam bagi para korbannya (Ningrum & Ginting, 2020). Dampak fisik dapat berupa kematian, luka-luka, kerusakan infrastruktur dan kerusakan lingkungan. Dampak sosial juga bisa terjadi, dapat berupa sikap individualisme, hubungan masyarakat semakin renggang, egois serta merasa

ketergantungan pada bantuan (Damayanti et al., 2023). Dampak psikologis akibat bencana yaitu munculnya masalah kesehatan mental psikologis, seperti masalah ansietas (kecemasan), stress (tekanan), depresi (kemurungan), dan trauma. Stres merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, dan ketegangan emosi (Nabiilah & Hartono, 2022).

Saat terjadi bencana banjir, kehilangan orang yang dicintai dan kehilangan aset ekonomi setelah terjadi bencana akan menimbulkan gejala stress fisik maupun stress mental. Tanda gejala stress yaitu mudah marah, mudah tersinggung, pemurung, cemas, sedih, pesimis, suasana hati sering berubah-ubah, mudah menyerah pada orang, mempunyai sikap bermusuhan, tidur tidak nyenyak, serta mengalami gangguan pada konsentrasi dan daya ingat (Seftian, 2023). Stres yang berkepanjangan akan berdampak pada depresi yang selanjutnya dapat juga berdampak pada fungsi fisiologis manusia. Korban bencana perlu adaptasi stress, traumatis, serta bangkit dari tekanan bencana alam untuk mengatasi tekanan atau ancaman yang terjadi dilingkungan (Aliyupiudin et al., 2022). Gangguan psikologi pasca bencana yang umum terjadi adalah gangguan *mood* seperti depresi, gangguan kecemasan, stress (Firenza & Amris, 2024). Dampak psikologis dari banjir dapat mencakup stres akut, kecemasan, dan depresi, termasuk *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Aryuni, 2023).

Stress pasca bencana banjir tersebut dapat menurunkan kualitas hidup masyarakat terdampak, yang meliputi aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (Hidayat et al., 2020). Kualitas hidup mencerminkan kemampuan individu untuk beradaptasi dan berfungsi secara optimal setelah mengalami guncangan akibat bencana (Salsabila & Damaiyanti, 2021).

Kualitas hidup merupakan konsep multidimensi yang mencakup aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Menurut *World Health Organization* (WHO), kualitas hidup adalah persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan, yang dipengaruhi oleh tujuan, harapan, standar, dan sistem nilai yang mereka anut. Pasca bencana banjir, kualitas hidup masyarakat sering kali mengalami penurunan signifikan akibat hilangnya harta benda,

terganggunya aktivitas sehari-hari, dan tekanan psikologis yang dialami (WHOQOL, 2012). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa masyarakat yang terdampak banjir sering mengalami kesulitan dalam menjalani aktivitas sehari-hari, yang berdampak pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Sutrisno et al., 2024).

Meskipun telah banyak penelitian mengenai dampak bencana banjir terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup, jumlah tingkat stress pasca bencana banjir pada penelitian Setyaningsih & Gati (2023) didapatkan tingkat stress ringan sebanyak 16 orang (17%), tingkat stress sedang sebanyak 75 orang (79,8%), dan tingkat stress berat sebanyak 3 orang (3,2%). Berdasarkan penelitian dari Sutrisno et al (2024) pada pengukuran kualitas hidup didapatkan sekitar 32,6% responden diduga mengalami gejala PTSD. Dalam aspek kesehatan fisik, 34,1% responden memiliki tingkat sedang, dalam aspek kesejahteraan psikologis, 34,8% responden memiliki tingkat sedang, dalam aspek hubungan sosial, 27,4% responden memiliki tingkat buruk, dan dalam aspek hubungan dengan lingkungan, 33,3% responden memiliki tingkat baik.

Sebagian besar wilayah Kecamatan Masaran adalah dataran rendah dan dilalui sungai yang cukup besar yaitu Sungai Bengawan Solo dan Sungai Gropol, sehingga ada beberapa Desa yang setiap tahunnya biasanya dilanda banjir. Wilayah sungai (WS) Bengawan Solo terdiri dari 4 (empat) Daerah Aliran Sungai (DAS), yaitu DAS Bengawan Solo dan sungai yang melalui Kecamatan Masaran yaitu DAS Gropol yang merupakan salah satu Sub DAS dari DAS Bengawan Solo, memiliki area lahan kritis, agak kritis, potensial kritis (Pemkab. Sragen, 2023).

Kecamatan Masaran merupakan daerah padat penduduk ke-2 setelah kecamatan Sragen, serta banyaknya industri-industri besar yang berdiri. Selain itu, pada DAS ini juga mengalami perubahan penggunaan lahan dari lahan pertanian menjadi lahan terbangun. DAS dengan sumber daya air yang melimpah serta tanaman pertanian tumbuh dengan baik, mulai terdesak dengan adanya perkembangan industri serta lahan terbangun selama 20 tahun terakhir ini. Secara langsung perubahan penggunaan lahan di DAS Gropol dapat

menyebabkan terjadinya peningkatan limpasan permukaan. Karena kurangnya resapan air saat musim penghujan sehingga berpotensi terjadinya bencana banjir (Kristiono, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan pada 17 Januari 2025 di Desa Pringanom, Kecamatan Masaran, Kabupaten Sragen, dan BPBD setempat, Desa Pringanom berisiko banjir akibat luapan DAS Grompol (Sub DAS Bengawan Solo) serta Sungai Mungkung, Natan, dan Garuda. Banjir dipicu curah hujan tinggi, durasi lama, dan minimnya resapan air karena banyaknya industri. Dampaknya, banjir merendam rumah, perkantoran, toko, fasilitas pendidikan, kesehatan, sawah, dan menghambat mobilitas warga.

Wawancara dengan 10 responden di Dukuh Sari RT 7, Dukuh Bakung Kulon RT 8, dan RT 9 menunjukkan 2 responden merasa cemas, 4 sulit tidur dan kurang fokus bekerja, serta 4 merasa tertekan, gelisah, dan marah. Sebanyak 4 responden memiliki kualitas hidup buruk, mengeluhkan rumah lembap, akses terbatas ke fasilitas umum, kesulitan aktivitas harian, dan tekanan psikologis akibat kerugian material. Enam responden dengan kualitas hidup baik menyatakan bisa beraktivitas normal, didukung keluarga, dan lingkungan mulai membaik, meski mobilitas masih terbatas. Keluhan lingkungan meliputi sulitnya akses pendidikan dan transportasi, serta kecemasan saat hujan deras karena takut banjir berulang.

Banjir terjadi setiap Desember, Januari, dan Maret akibat curah hujan tinggi dan durasi lama, berdampak pada kualitas hidup (sosial, ekonomi, material). Warga kesulitan beraktivitas, bekerja, dan bersekolah karena genangan air, serta mengalami gagal panen, yang meningkatkan stres dan menurunkan kualitas hidup saat dan pasca-banjir.

Berdasarkan konteks latar belakang yang telah diuraikan meskipun terdapat berbagai penelitian mengenai dampak banjir terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup, masih terdapat *research gap* terkait dengan hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup masyarakat pasca-bencana banjir di Desa Pringanom, Kecamatan Masaran, Kabupaten Sragen. Penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada dampak psikologis secara umum atau

faktor-faktor demografis yang mempengaruhi kualitas hidup. Belum ada studi yang secara spesifik mengukur tingkat stres dan menghubungkannya dengan berbagai dimensi kualitas hidup (fisik, psikologis, sosial, lingkungan) pada populasi korban banjir di wilayah ini. Oleh karena itu, penulis termotivasi untuk menjalankan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Pasca Bencana Banjir Di Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dari penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Pasca Bencana Banjir Di Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Pasca Bencana Banjir Di Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stress pasca bencana banjir yang dialami oleh masyarakat Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.
- b. Mengetahui kualitas hidup masyarakat Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen pasca bencana banjir berdasarkan indikator-indikator kesehatan fisik, mental, dan sosial.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stress dengan kualitas hidup masyarakat pasca bencana banjir di Desa Pringanom Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain sebagai berikut:

a. Manfaat Teoritis

1. Pengembangan Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi dan keperawatan, khususnya dalam memahami hubungan antara stres dan kualitas hidup pascabencana.

2. Penyempurnaan Teori

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memperkaya teori-teori yang ada mengenai dampak bencana terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup individu, serta memberikan perspektif baru dalam kajian bencana dan rehabilitasi.

3. Dasar Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang ingin mengeksplorasi lebih dalam mengenai dampak bencana terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup masyarakat.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman dan pemahaman yang lebih mendalam tentang metodologi penelitian, analisis data, serta isu-isu sosial yang berkaitan dengan bencana dan kesehatan mental.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh institusi pemerintah dan lembaga non-pemerintah dalam merancang program intervensi yang lebih efektif untuk membantu masyarakat yang terdampak bencana, serta dalam pengembangan kebijakan yang berfokus pada pemulihan pascabencana.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi masyarakat Desa Pringanom mengenai pentingnya manajemen

stres dan upaya peningkatan kualitas hidup pascabencana, serta mendorong mereka untuk lebih aktif dalam mencari dukungan psikologis.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan studi lebih lanjut mengenai dampak bencana terhadap kesehatan mental, serta memberikan wawasan tentang metodologi yang dapat digunakan dalam penelitian serupa.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 3 Keaslian Penelitian

NO	PENULIS & TAHUN	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1.	Dewi Setyaningsih, Norman Wijaya Gati (2023)	Gambaran Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir Di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon	Penelitian ini juga membahas dampak bencana banjir terhadap kesehatan mental masyarakat, yang sejalan dengan fokus penelitian ini mengenai tingkat stres pascabencana.	Penelitian Setyaningsih lebih menekankan pada aspek kesehatan tanpa mengaitkan secara spesifik dengan kualitas hidup, sedangkan penelitian ini secara eksplisit mengkaji hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup masyarakat. Penelitian tersebut memiliki perbedaan lokasi,
2.	Berliana Salsabila, Mukhrisah Damayanti (2021)	Analisis Faktor Stress yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Wanita di Daerah Banjir Perumahan Bengkuring Kelurahan Sempaja Timur	Keduanya membahas stress dan kualitas hidup di daerah banjir, keduanya menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain <i>Cross-Sectional</i> , pada variable kualitas hidup keduanya menggunakan kuesioner WHOQOL-BREF.	Penelitian Salsabila hanya berfokus pada Wanita, sementara pada penelitian ini mencakup masyarakat umum. Memiliki perbedaan lokasi, memiliki perbedaan pada instrument stress yaitu pada penelitian Salsabila menggunakan DASS-42, sementara penelitian ini menggunakan PSS-10. Memiliki perbedaan dalam Teknik pengambilan sampel, pada penelitian Salsabila menggunakan <i>Purposive Sampling</i> sedangkan pada penelitian ini menggunakan <i>Cluster Random Sampling</i> .
3.	Kusuma Jasmine Vicky	Hubungan Gejala Gangguan Stres	Penelitian ini meneliti kualitas hidup masyarakat pascabencana, yang	Penelitian Sutrisno lebih menekankan pada aspek kesehatan mental relawan

NO	PENULIS & TAHUN	JUDUL	PERSAMAAN	PERBEDAAN
4.	Sutrisno, Ria Maria Theresa, Pritha Maya Savitri, Nunuk Nugrohowati (2024)	Pascatrauma Dengan Kualitas Hidup Anggota Relawan Bencana Banjir Di Putussibau Kalimantan Barat	merupakan salah satu fokus utama dari penelitian ini	bencana sedangkan penelitian ini menekankan Kesehatan mental pada masyarakat korban pasca bencana banjir secara umum
	Yufi Aliyupiudin (2022)	Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Stress Pasca Bencana Banjir	Penelitian ini juga membahas dampak bencana banjir terhadap kesehatan mental masyarakat, yang sejalan dengan fokus penelitian ini mengenai tingkat stres pascabencana banjir.	Penelitian Aliyupiudin lebih menekankan pada mekanisme koping dengan tingkat stress tanpa mengaitkan secara spesifik dengan kualitas hidup, sedangkan penelitian ini secara eksplisit mengkaji hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup masyarakat. Penelitian tersebut memiliki perbedaan lokasi,