

BAB I

PENDAHULUAN

Kondisi geologis wilayah Indonesia merupakan pertemuan antara dua rangkaian jalur pegunungan muda yaitu sirkum pasifik dan sirkum mediteran dan pada kondisi geografis sendiri wilayah Indonesia berada pada posisi silang yaitu antara benua Australia dan benua Asia yang juga dihimpit oleh dua samudra yaitu Samudra Hindia dan Samudra Pasifik hal inilah yang mengakibatkan wilayah Indonesia rawan terhadap berbagai bencana alam (BNPB, 2018). Berdasarkan letak geografis dan geologis wilayah kepulauan Indonesia tersebut berada pada daerah yang mempunyai aktivitas gempa yang cukup tinggi. Oleh karena itu letak geografis dan geologis menjadikan Indonesia sebagai wilayah rawan akan ancaman bermacam-macam bencana alam seperti banjir, gempa bumi, tsunami, tanah longsor, dan erupsi gunung berapi (Endiono dan Hidayah, 2018).

Berdasarkan berita internasional di beberapa negara juga banyak terjadi bencana alam contohnya ada badai, banjir, tanah longsor, gempa bumi, bahkan terdapat ribuan jiwa melayang akibat bencana alam yang terjadi setiap tahunnya, tidak terkecuali di tahun 2017 yang juga tidak lepas dari kejadian bencana alam di berbagai tempat, yaitu: Bencana tanah longsor menerjang kota Mocoa dan Kolombia menyebabkan setidaknya 254 orang tewas, dan 43 diantaranya anak-anak. Longsor di Kolombia juga merupakan serangkaian bencana yang melanda di kawasan sisi pasifik Amerika Selatan, Peru, Ekuador. Bencana Banjir bandang dan longsor juga terjadi di kota Sierra Leone, Freetown yang menyebabkan 312 orang tewas dan 2.000 warga kehilangan tempat tinggal (Kompas, 2017).

Berdasarkan Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI), Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menyebutkan bencana alam di Indonesia pada tahun 2010-2019 dengan angka kejadian yaitu 19.737

kasus, dan kejadian tanah longsor sebanyak 4.481. Sedangkan angka kejadian bencana alam di Jawa Tengah tahun 2010 sampai bulan Desember 2019 dengan angka total kejadian bencana tanah longsor sebanyak 4.669 kasus tanah longsor. Kejadian bencana alam yang sering terjadi yaitu puting beliung dengan 187 kejadian, yang kedua adalah tanah longsor dengan 158 kejadian dan yang ketiga adalah bencana banjir dengan 74 kejadian (BNPB, 2019).

Tanah longsor merupakan bencana alam yang terjadi akibat mengikisnya tanah karena tidak adanya resapan air atau juga karena terdapat retakan di dalam tanah, tanah longsor juga sering terjadi pada saat musim hujan (Khosiah, 2017). Tanah longsor tidak hanya memberikan dampak kerusakan bangunan tetapi juga berdampak psikologis bagi masyarakat seperti perasaan cemas, takut, putus asa, depresi, sedih, trauma, dan juga perilaku agresif yang tak bisa dikontrol. Demikian bagi masyarakat yang tinggal di daerah rawan longsor terdapat perasaan cemas manakala terjadi longsor. Daerah rawan longsor ialah daerah atau kawasan yang sering atau berpotensi tinggi mengalami bencana alam longsor (Nikhita, 2018).

Bencana alam merupakan salah satu faktor pemicu timbulnya kecemasan, karena manusia tidak bisa memprediksi kapan bencana alam akan muncul (Lamba, 2017). Kecemasan yang berlebih dapat mengganggu konsentrasi orang dalam melakukan aktivitas mereka sehari-hari (Mamesah, 2018). Bencana yang terjadi di suatu wilayah dapat menyebabkan berbagai macam gangguan mulai dari gejala kejiwaan seperti gangguan stres, depresi, kecemasan, dan gangguan panik yang dapat mengganggu aktifitas kehidupan sehari-hari, dapat memperburuk kondisi kesehatan karena rasa bersedih yang mendalam akibat terjadinya bencana yang menimpa, dan hal ini juga dapat mengakibatkan gangguan tidur pada seseorang (Malahayati, 2019).

Kecemasan adalah salah satu kekhawatiran terbesar yang dialami semua individu. Hal ini merupakan peringatan tubuh atas ancaman yang

terjadi dalam seseorang yang muncul secara tiba-tiba dan tanpa disengaja dapat menyebabkan rasa penyesalan, ketakutan dan bisa juga depresi. Gangguan kecemasan digolongkan sebagai gangguan kejiwaan, umumnya diakibatkan oleh interaksi kompleks dari elemen biologis, psikologis, dan psikososial. Jumlah pasien gangguan kecemasan mencapai 5% dari jumlah penduduk dunia. Perbandingan pasien gangguan kecemasan pada perempuan dan laki-laki berbeda ialah 2:1. Diperkirakan 2%-4% penduduk dunia yang pernah mengalami gangguan kecemasan (Ika, 2016). Kecemasan yang berlebih dapat mengakibatkan seseorang mengalami trauma hal ini tidak hanya terjadi pada korban bencana alam dan keluarga mereka tetapi juga pada orang yang terpapar oleh liputan media tentang bencana. Bencana meninggalkan dampak psikologi bagi individu yang selamat dan dapat bertahan hidup maupun kehilangan anggota keluarga akibat meninggal dunia (Suwarningsih, 2018).

Terdapat berbagai media yang dapat digunakan sebagai solusi dalam menyampaikan informasi mengenai trik jitu turunkan kecemasan dengan *art therapy* salah satunya adalah menggunakan media poster. Poster tentang metode *art therapy* didalamnya berisikan gambar atau tulisan yang terdapat pesan, ajakan atau juga informasi langkah-langkah menggambar yang dibuat semenarik mungkin agar orang yang membaca, melihat, dan memperhatikannya dapat tertarik dengan informasi yang berada dalam poster tersebut. Sehingga nanti masyarakat dapat melakukan *Art therapy (drawing bebas* atau menggambar secara bebas) secara mandiri sebagai upaya mereka dalam menurunkan tingkat kecemasan yang sedang di alami, dan diharapkan dengan dilakukannya menggambar dapat membantu mengurangi kecemasan yang di alami seseorang, mengalihkan perasaan yang kurang nyaman, dan melepaskan trauma yang pernah mereka alami terkait dengan bencana alam tanah longsor.

Alasan menggunakan poster karena penulis terinspirasi beberapa referensi jurnal ilmiah dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Padan (2013) *art therapy* digunakan untuk mengurangi kecemasan pada anak

yang baru memasuki panti asuhan didapatkan hasil penurunan kecemasan walaupun didapatkan hasil skor kecil. Serta berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aulia (2019) dalam penggunaan *art therapy* sebagai upaya penanganan trauma anak pasca bencana diperoleh hasil bahwa *art therapy* memberikan hal yang positif dapat melepaskan beban dan kecemasan serta rasa trauma yang masih tersimpan di dalam jiwa, karena anak-anak mampu menuangkan pikiran, perasaan, dan berbagai hal yang tidak dapat diungkapkan secara langsung.

Tujuan penggunaan poster adalah memudahkan pembaca mendapatkan informasi karena selain bisa dibagikan secara langsung poster juga dapat ditempelkan pada tempat-tempat umum, tempat lalu lalang orang terutama yang banyak dikunjungi masyarakat seperti di dekat pasar, sekolah, pertokoan dan lainnya. Selain itu manfaat dari poster memberikan pengetahuan tambahan dengan cara membaca poster dan memperhatikan isi dari poster tersebut yang nanti bisa dilakukan atau diterapkan sendiri oleh masyarakat terkait informasi apa yang ada di dalam poster tersebut.

Target dari luaran yang ingin dicapai adalah poster yang dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi masyarakat yaitu dapat membantu masyarakat dalam upaya menurunkan tingkat kecemasan yang dialami dengan *metode art therapy*, serta bagi pembaca yang lain dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat melakukan *art therapy* yang dapat mengurangi kecemasan sehingga apabila suatu hari terdapat kejadian yang memicu kecemasan dapat diterapkan untuk menurunkan kecemasan itu sendiri.