

HUBUNGAN TINGKAT *STRESS* DENGAN KUALITAS HIDUP PASCA BENCANA BANJIR DI DESA PRINGANOM KECAMATAN MASARAN KABUPATEN SRAGEN

Diannisa Hilmy Oktasuci¹, Norman Wijaya Gati²

diannisaoktasucihilmy@gmail.com

Universitas `Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Indonesia merupakan negara yang rawan bencana, khususnya banjir. Berdasarkan data BNPB (2024), banjir menyumbang sekitar 750 dari 1.300 bencana di Indonesia pada tahun 2024. Di Jawa Tengah, banjir juga menjadi masalah signifikan, dengan 37 kejadian tercatat pada tahun 2023. Kabupaten Sragen tercatat memiliki 3 kejadian banjir pada tahun 2024, dengan Kecamatan Masaran sebagai salah satu wilayah terdampak. **Tujuan:** menganalisis hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup pasca banjir di Desa Pringanom **Metode:** kuantitatif dengan desain cross-sectional pada 78 responden, diambil menggunakan rumus Slovin responden dipilih menggunakan *cluster random sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner PSS-10 dan WHOQOL-BREF, lalu dianalisis dengan uji Spearman Rank. **Hasil:** Sebanyak 85,9% responden mengalami stres berat atau cukup berat, sementara 55,1% memiliki kualitas hidup tinggi. Analisis menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara stres dan kualitas hidup ($r = 0,227$; $p = 0,046$). **Kesimpulan:** Semakin tinggi tingkat stres, semakin tinggi pula kualitas hidup yang dilaporkan, yang dipengaruhi oleh faktor sosial seperti solidaritas komunitas dan post-traumatic growth. Temuan ini menunjukkan perlunya pendekatan psikososial yang memperkuat ketahanan komunitas pasca bencana.

Kata Kunci: *Kualitas Hidup, Pasca Bencana Banjir, post-traumatic growth, Stress*