

DAMPAK PSIKOLOGIS GEMPA BUMI TERHADAP KELOMPOK RENTAN : LANSIA

Mutianingsih*, Mustikasari

Departemen Keperawatan Jiwa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia

**e-mail: nsmutianingsih@gmail.com*

Abstract

Keywords:
dampak
psikologis,
gempa bumi,
lansia

Gempa bumi merupakan salah satu bencana yang paling mengancam kehidupan. Terjadinya gempa bumi dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan, dimana salah satunya adalah aspek psikologis. Lansia merupakan salah satu kelompok rentan dalam manajemen bencana, sehingga dampak psikologis akan lebih rentan dialami lansia dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Berdasarkan telaah literatur didapatkan bahwa dampak psikologis yang terjadi pada survivor lansia pasca gempa bumi yaitu kecemasan, depresi dan post traumatic stress disorder (PTSD). Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya berbagai dampak psikologis pada survivor lansia diantaranya usia, jenis kelamin, keterbatasan fisik, penurunan fungsi kognitif dan keterpaparan terhadap gempa bumi serta terjadinya cedera atau kehilangan orang yang dicintai. Diperlukan suatu upaya kesiapsiagaan guna meminimalisir terjadinya dampak psikologis pada korban lansia.

PENDAHULUAN

Prevalensi bencana yang terjadi di seluruh dunia terus mengalami peningkatan. Data *World Disaster Report* (2017) menyebutkan bahwa kejadian bencana meningkat sebanyak 35% dalam rentang tahun 2016-2017. Lebih lanjut *Centre for Research on the Epidemiology of Disasters* (2017) menjelaskan bahwa gempa bumi termasuk dalam lima bencana yang banyak terjadi di seluruh dunia dengan prevalensi mencapai 16% dari total kejadian bencana. Gempa bumi merupakan salah satu bencana alam yang paling mengancam kehidupan. Bencana gempa bumi dapat menyebabkan kehilangan nyawa dalam skala yang besar dan tidak dapat diprediksi. Lebih lanjut dijelaskan bahwa selama tahun 2017 korban gempa bumi di seluruh dunia mencapai 95,6 juta jiwa dan menewaskan 9.697 jiwa (Sangkala & Gerdtz, 2018).

Terjadinya gempa bumi dapat berdampak pada berbagai aspek kehidupan. Aspek-aspek tersebut diantaranya aspek fisik, ekonomi, dan psikologis baik pada individu, keluarga maupun komunitas (Allen, Brown, Alpass, & Stephens, 2018; Terriquez-Kasey, 2015). Aspek fisik yang terganggu karena terjadinya bencana gempa bumi yakni munculnya berbagai masalah kesehatan, terutama injuri atau trauma fisik (Hoffman, 2009). Selain mengakibatkan berbagai dampak fisik terhadap korban, gempa bumi dapat menyebabkan dampak yang lebih luas seperti terganggunya kegiatan ekonomi, kerusakan infrastruktur meliputi sarana pelayanan kesehatan dan perumahan, kesulitan mendapatkan sarana air bersih, serta sanitasi yang buruk sehingga dapat memperburuk kondisi dari korban bencana (M. Parker & Steenkamp, 2012).

Selain dampak fisik, terjadinya gempa bumi juga dapat berdampak pada aspek lain yaitu aspek psikologis. Gempa bumi dapat menyebabkan berbagai dampak psikologis dalam jangka panjang, seperti kecemasan, depresi, hingga *post traumatic stress disorder* (PTSD) yang dapat terjadi pada individu, keluarga, maupun masyarakat baik sebagai korban langsung maupun tidak langsung (Farooqui et al., 2017; Stuart, 2013).

Berbagai dampak bencana gempa bumi baik fisik maupun psikologis akan lebih dirasakan oleh kelompok rentan, salah satunya adalah kelompok lanjut usia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa kelompok lansia merupakan salah satu populasi yang paling rentan terhadap dampak langsung dari bencana alam, termasuk gempa bumi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang menjadi korban bencana mengalami berbagai masalah psikologis seperti PTSD dan kecemasan (Hoffman, 2009).

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, maka penulis tertarik untuk melakukan analisa tentang dampak psikologis gempa bumi terhadap kelompok rentan terutama lansia. Adapun tujuan dari penulisan *literature review* ini adalah untuk mengetahui apa saja dampak psikologis yang dapat terjadi pada lansia survivor gempa bumi serta faktor-faktor yang memengaruhinya sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan terjadinya dampak psikologis yang mungkin akan terjadi.

METODE PENULISAN

Metode penulisan menggunakan *non systematic literature review* dengan menganalisa dari berbagai artikel terkait. Artikel yang digunakan untuk *literature review* ini sejumlah 22 artikel sejak tahun 2009-2018 yang diperoleh melalui sistem pencarian dari *PubMed*, *EBSCO*, *ProQuest*, dan *Science Direct*. Selain itu, *text books* dengan tahun terbit terhitung sejak 2013 juga digunakan untuk mendukung penulisan artikel ini.

HASIL

Paparan terhadap bencana seperti gempa bumi pada kelompok rentan seperti lansia terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan prevalensi berbagai masalah psikologis, diantaranya kecemasan, depresi, hingga terjadinya *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Hoffman, 2009; Liang, 2016; G. Parker et al., 2016; Zhang, Wang, Shi, Wang, & Zhang, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh Liang (2016) menunjukkan bahwa lansia yang menjadi korban gempa bumi mengalami masalah psikologis berupa kecemasan sedang. Sementara penelitian lain menunjukkan prevalensi terjadinya kecemasan pada survivor gempa bumi mencapai 43,8% (Zhang, Wang, et al., 2012). Selain kecemasan, dampak psikologis yang dapat terjadi pada korban gempa bumi yaitu depresi. Terjadinya depresi diketahui berhubungan dengan kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia korban gempa bumi mengalami kecemasan juga mengalami gejala depresi (Liang, 2016). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa lansia yang menjadi korban gempa bumi mengalami masalah psikologis berupa kecemasan dan depresi sebanyak 42,0% (Jia et al., 2010). Penelitian senada memperkuat temuan tersebut, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadinya depresi pada korban gempa bumi mencapai 38,6% (Zhang, Wang, et al., 2012).

Paparan terhadap bencana gempa bumi juga dikaitkan dengan terjadinya dampak psikologis berupa *post traumatic stress disorder* (PTSD). PTSD merupakan masalah psikologis yang paling banyak dilaporkan. Hal ini didukung oleh beberapa penelitian terkait dampak psikologis terutama PTSD pada survivor gempa bumi. Penelitian yang dilakukan oleh Wu et al (2014) menunjukkan bahwa 40% responden mengalami gejala PTSD. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terjadinya PTSD pada korban gempa bumi berkisar 21%-65% (Feder et al., 2013; Jia et al.,

2010; Xu & Song, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Feder et al (2013) menunjukkan 65% korban bencana mengalami gejala PTSD tiga tahun pasca gempa bumi. Penelitian senada menunjukkan hasil bahwa sebanyak 62,8% survivor gempa bumi mengalami PTSD dalam waktu satu bulan pasca gempa bumi (Wang et al., 2011). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa sebanyak 26,3% lansia korban gempa bumi mengalami PTSD satu tahun pasca terjadinya gempa bumi (Zhang, Wang, et al., 2012).

PEMBAHASAN

Lansia merupakan salah satu kelompok rentan terhadap dampak psikologis dari terjadinya bencana alam seperti gempa bumi. Semakin lanjut usia korban gempa bumi maka kemungkinan untuk mengalami dampak psikologis pasca bencana akan semakin tinggi (Farooqui et al., 2017). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang menyebutkan bahwa lansia lebih mungkin mengalami dampak psikologis seperti PTSD dan kecemasan dibandingkan dengan usia muda (Hoffman, 2009; G. Parker et al., 2016; Zhang, Shi, Wang, & Liu, 2012).

Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak diketahui penyebabnya dan disertai dengan perasaan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi dan perasaan tidak aman (Stuart, 2013). Rasa takut berasal dari proses kognitif dari stimulus yang dirasakan mengancam, sedangkan kecemasan merupakan respon emosional dari stimulus yang mengancam (Townsend, 2014). Adapun yang gejala-gejala psikologis yang termasuk dalam dalam kecemasan yaitu kekhawatiran yang tidak terkendali, gangguan tidur, gelisah dan sulit berkonsentrasi (Long et al., 2014; Stuart, 2013; Townsend, 2013). Selain kecemasan dampak psikologis lainnya yang dapat terjadi pada korban bencana gempa bumi yaitu depresi. Depresi merupakan gangguan suasana hati atau *mood* yang parah dan maladaptif (Fried, Nesse, Guille, & Sen,

2015; Stuart, 2013). Merujuk pada DSM-5, depresi dapat dimanifestasikan berupa perasaan tertekan atau kehilangan kesenangan dalam aktivitas sehari-hari selama lebih dari dua minggu (APA, 2013). Depresi juga dapat dihubungkan dengan adanya perubahan dalam pola tidur dan nafsu makan serta kehilangan energi. Terjadinya depresi pada korban gempa bumi diketahui memiliki hubungan yang positif dengan kecemasan (Liang, 2016).

Dampak psikologis yang paling banyak terjadi pada lansia korban gempa bumi adalah PTSD. PTSD digambarkan sebagai gejala kecemasan yang berlangsung lebih dari satu bulan setelah paparan aktual (APA, 2013). Paparan ini dapat berupa pengalaman langsung, menyaksikan peristiwa traumatis. Individu dengan PTSD pada umumnya akan mengalami ketakutan dan ketidakberdayaan pasca bencana alam, seperti gempa bumi yang dapat menyebabkan ancaman cedera hingga kematian. Merujuk pada DSM-5, diagnosis PTSD memerlukan gejala berupa: mengingat kejadian yang dialami secara berulang, mengalami mimpi buruk, dan distress yang ditandai oleh adanya reaksi-reaksi psikologis apabila teringat kejadian traumatis; gejala penghindaran yaitu penghindaran atau upaya untuk menghindari pikiran, perasaan, atau percakapan terkait dengan kejadian yang dialami; perubahan negatif dalam respons umum yaitu ketidakmampuan untuk mengingat aspek penting dari trauma, penurunan minat atau partisipasi dalam kegiatan yang signifikan; dan peningkatan gairah dan reaktivitas yaitu gangguan tidur, tidak mampu berkonsentrasi, kewaspadaan meningkat, ketakutan yang berlebihan, mudah marah.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa lansia memiliki kemungkinan 2,11 kali lebih tinggi untuk mengalami gejala PTSD dan 1,73 kali lebih tinggi untuk terjadinya gejala psikologis lain dibandingkan dengan usia yang lebih muda (G. Parker et al., 2016). Kerentanan lansia terhadap bencana dihubungkan

dengan masalah fisik, seperti keterbatasan fisik, menurunnya berbagai fungsi indra, kondisi kesehatan yang menurun, masalah kognitif, dan masalah psikososial dimana hal tersebut mempengaruhi persiapan lansia dalam menghadapi bencana dan dapat menghambat kemampuan lansia untuk dapat beradaptasi pasca bencana (Sakauye et al., 2009; Zhang, Shi, et al., 2012). Kerentanan lansia terhadap dampak psikologis pasca gempa bumi juga dihubungkan dengan faktor risiko berupa kehilangan anggota keluarga, kematian orang terdekat, dan adanya anggota keluarga yang menjadi korban luka yang cukup parah akibat bencana yang terjadi (Jia et al., 2010). Lebih lanjut Sugano (2016) menyatakan bahwa lansia yang bertahan hidup pasca bencana akan lebih rentan mengalami masalah kesehatan dan ekonomi. Hal ini dikarenakan lansia lebih mungkin mengalami penyakit dan kurang memiliki kesempatan dan kemampuan untuk bekerja. Seluruh hal tersebut dapat memperburuk dampak psikologis bencana pada lansia.

Selain itu, faktor lain yang diketahui berperan dalam terjadinya masalah psikologis pada lansia korban gempa bumi yaitu faktor sosiodemografi seperti usia dan jenis kelamin, serta faktor yang terkait dengan bencana itu sendiri yaitu paparan terhadap gempa bumi (Farooqui et al., 2017; Greaves, Milojev, Huang, Stronge, & Osborne, 2015; Naeem et al., 2011; Wu, Xu, & He, 2014).

Penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin turut berperan dalam terjadinya masalah psikologis pada survivor bencana. Beberapa penelitian penunjukan bahwa wanita berisiko lebih tinggi mengalami kecemasan, depresi, dan PTSD (Feder et al., 2013; Mary, Derivois, & Cedex, 2014). Wanita diketahui memiliki kemungkinan untuk mengalami PTSD sebanyak dua kali lipat dibandingkan dengan laki-laki (Zhang, Shi, et al., 2012). Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Naeem et al (2011) yang menunjukkan bahwa wanita lebih banyak mengalami PTSD

dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa wanita yang mengalami PTSD mencapai 55,2%, sementara laki-laki yang mengalami PTSD hanya 33,4%. Hal ini terjadi karena wanita lebih memiliki ikatan emosional dibandingkan laki-laki (Farooqui et al., 2017).

Paparan terhadap gempa bumi sebelumnya juga turut berperan serta dalam terjadinya masalah psikologis pada lansia. Paparan tinggi terhadap dampak bencana mendukung tingkat tekanan psikologis yang lebih besar (Allen et al., 2018). Hal ini diperkuat oleh penelitian yang menyebutkan bahwa individu yang tinggal di wilayah dengan kerusakan yang parah mengalami dampak psikologis yang lebih besar dibandingkan dengan individu yang tinggal di wilayah dengan kerusakan yang lebih ringan (Greaves et al., 2015).

Namun demikian, lansia masih memiliki beberapa kemampuan yang dapat digunakan dalam upaya kesiapsiagaan terhadap bencana, seperti kemampuan mengidentifikasi kebutuhan diri dan belajar bagaimana menanggapi ancaman yang ditimbulkan oleh bencana. Dengan meningkatkan tingkat kesiapsiagaan bencana, banyak masalah kesehatan yang dihadapi oleh para lansia selama bencana dapat dikurangi dan ketanggapan mereka terhadap bencana secara keseluruhan meningkat (Terriquez-Kasey, 2015). Oleh karena itu dibutuhkan suatu upaya kesiapsiagaan bencana terutama bagi para lansia, sehingga dampak psikologis yang dapat terjadi pasca gempa bumi dapat diminimalisir.

KESIMPULAN

Berbagai dampak psikologis dapat terjadi akibat bencana seperti gempa bumi. Lansia merupakan salah satu kelompok rentan dalam konteks bencana, sehingga lebih mungkin mengalami dampak psikologis pasca gempa bumi dibandingkan pada kelompok usia yang lebih muda. Adapun dampak psikologis yang sering terjadi pada survivor lansia yaitu

kecemasan, depresi dan PTSD. Meningkatkan kesiapsiagaan lansia terhadap terjadinya gempa bumi dapat menjadi salah satu upaya dalam mengurangi dampak psikologis gempa bumi pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- Allen, J., Brown, L. M., Alpass, F. M., & Stephens, C. V. (2018). Longitudinal health and disaster impact in older New Zealand adults in the 2010–2011 Canterbury earthquake series. *Journal of Gerontological Social Work*, 61(7), 701–718. <https://doi.org/10.1080/01634372.2018.1494073>
- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. Arlington: American Psychiatric Publishing.
- Farooqui, M., Quadri, S. A., Suriya, S. S., Khan, M. A., Ovais, M., Sohail, Z., ... Hassan, M. (2017). Posttraumatic stress disorder: a serious post-earthquake complication. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 39(2), 135–143. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0029>
- Feder, A., Ahmad, S., Lee, E. J., Morgan, J. E., Singh, R., Smith, B. W., ... Charney, D. S. (2013). Coping and PTSD symptoms in Pakistani earthquake survivors: Purpose in life, religious coping and social support. *Journal of Affective Disorders*, 147(1–3), 156–163. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2012.10.027>
- Fried, E. I., Nesse, R., Guille, C., & Sen, S. (2015). The differential influence of life stress on individual symptoms of depression, (6), 465–471. <https://doi.org/10.1111/acps.12395>
- Greaves, L. M., Milojev, P., Huang, Y., Stronge, S., & Osborne, D. (2015). Regional Differences in the Psychological Recovery of Christchurch Residents Following the 2010 / 2011 Earthquakes: A Longitudinal Study, (September 2010), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0124278>
- Hoffman, S. (2009). Preparing for Disaster: Protecting the Most Vulnerable in Emergencies. *U.C. Davis Law Review*, 42(April), 1491–1547. <https://doi.org/http://ssrn.com/abstract=1268277>
- Jia, Z., Tian, W., Liu, W., Cao, Y., Yan, J., & Shun, Z. (2010). Are the elderly more vulnerable to psychological impact of natural disaster? A population-based survey of adult survivors of the 2008 Sichuan earthquake. *BMC Public Health*, 10(1), 172. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-10-172>
- Liang, Y. (2016). Depression and anxiety among elderly earthquake survivors in. <https://doi.org/10.1177/1359105316639437>
- Long, J., Huang, X., Liao, Y., Hu, X., Hu, J., Lui, S., ... Gong, Q. (2014). Prediction of post-earthquake depressive and anxiety symptoms: a longitudinal resting-state fMRI study, 1–10. <https://doi.org/10.1038/srep06423>
- Mary, J., Derivois, D., & Cedex, B. (2014). Assessment of prevalence and determinants of posttraumatic stress disorder and depression symptoms in adults survivors of earthquake in Haiti after 30 months. *Journal of Affective Disorders*, 159, 111–117. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2014.02.025>
- Naeem, F., Ayub, M., Masood, K., Gul, H., Khalid, M., Farrukh, A., ... Rasheed, H. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors of PTSD: 18 months after Kashmir earthquake in Pakistan. *Journal of Affective Disorders*, 130(1–2), 268–274. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.10.035>
- Parker, G., Lie, D., Siskind, D. J., Martin-Khan, M., Raphael, B., Crompton, D., & Kisely, S. (2016). Mental health implications for older adults after natural disasters - A systematic review and meta-analysis. *International Psychogeriatrics*, 28(1), 11–20. <https://doi.org/10.1017/S1041610215001210>
- Parker, M., & Steenkamp, D. (2012). The economic impact of the Canterbury earthquakes major earthquakes. *Reserve Bank of New Zealand: Bulletin*, 75(3), 13–25.
- Sakaue, K. M., Streim, J. E., Kennedy, G. J., Kirwin, P. D., Llorente, M. D., Schultz,

- S. K., & Srinivasan, S. (2009). AAGP Position Statement: Disaster Preparedness for Older Americans: Critical Issues for the Preservation of Mental Health. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 17(11), 916–924. <https://doi.org/10.1097/JGP.0b013e3181b4bf20>
- Sangkala, M. S., & Gerdtz, M. F. (2018). Disaster preparedness and learning needs among community health nurse coordinators in South Sulawesi Indonesia. *Australasian Emergency Care*, 21(1), 23–30. <https://doi.org/10.1016/j.auec.2017.11.002>
- Stuart, G. W. (2013). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing*. St Louis, Missouri: Elsevier Mosby.
- Terriquez-Kasey, L. (2015). *DISASTER PREPAREDNESS EDUCATION PROGRAM FOR ELDERS IN THE COMMUNITY: THE GERIATRIC PASSPORT PROJECT*. Binghamton University.
- Townsend, M. C. (2013). *Essential of Psychiatric Mental Health Nursing: Concept of Care in Evidence Based-Paractice*. Philadelphia: F.A Davis Company.
- Wang, B., Ni, C., Chen, J., Liu, X., Wang, A., Shao, Z., ... Yan, Y. (2011). Posttraumatic stress disorder 1 month after 2008 earthquake in China: Wenchuan earthquake survey. *Psychiatry Research*, 187(3), 392–396. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2009.07.001>
- Wu, Z., Xu, J., & He, L. (2014). Psychological consequences and associated risk factors among adult survivors of the 2008 Wenchuan earthquake, 1–11.
- Xu, J., & Song, X. (2011). A cross-sectional study among survivors of the 2008 Sichuan earthquake: Prevalence and risk factors of posttraumatic stress disorder. *General Hospital Psychiatry*, 33(4), 386–392. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2011.05.004>
- Zhang, Z., Shi, Z., Wang, L., & Liu, M. (2012). Post-traumatic stress disorder, anxiety and depression among the elderly: A survey of the hard-hit areas a year after the wenchuan earthquake. *Stress and Health*, 28(1), 61–68. <https://doi.org/10.1002/smi.1403>
- Zhang, Z., Wang, W., Shi, Z., Wang, L., & Zhang, J. (2012). Mental Health Problems among the Survivors in the Hard-Hit Areas of the Yushu Earthquake, 7(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0046449>