Journal of Health Community Services
Vol 3, No. 1 (2024)

PEMBERIAN DUKUNGAN EMOSIONAL UNTUK PENYINTAS BANJIR DI SHELTER DANAU RAJA KABUPATEN INDRAGIRI HULU RIAU

Restianingsih Putri Rahayu[1], Izzawati Arlis[2], Anjeli Ratih Syamlingga Putri[3], Fitriyani Bahriyah[4]
[1] Prodi Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri
email: tyawiryodihardjo@gmail.com
[2] Prodi Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri
email: izzawaty.arlis@gmail.com
[3] Prodi Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri
email: anjeliratih1593@gmail.com
[4]Prodi Kebidanan Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri
email: fitriyani.bahriyah93@gmail.com

Abstrak

Bencana banjir sering kali menyebabkan dampak fisik dan psikologis yang signifikan bagi korban, terutama anak-anak dan kelompok rentan lainnya. Trauma pasca-bencana dapat memengaruhi kesehatan mental, menghambat pemulihan, dan menurunkan kualitas hidup korban. Oleh karena itu, pemberian dukungan psikologis menjadi langkah krusial dalam proses pemulihan pasca-banjir. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan relisiensi penyintas Banjir Desa Rawa Bangun Kabupaten Indragiri Hulu Riau. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara tatap muka yang dilakukan tanggal 13 Januari 2024 pada pukul 09.00 WIB di Shelter Danau Raja, Kabupaten Indragiri Hulu. Metode yang digunakan adalah konseling kelompok bagi kelompok yang rentan seta edukasi dan bermain untuk anak-anak. Kegiatan pemberian dukungan emosional di Shelter Danau Raja berjalan dengan baik dan lancar. Pemenuhan kebutuhan korban bencana tidak mungkin dilakukan oleh satu lembaga atau satu organisasi saja, tetapi diperlukan koordinasi dan keterpaduan program dari pihak-pihak terkait.

Kata Kunci: Dukungan emosional, banjir, shelter

Flood disasters often cause significant physical and psychological impacts for victims, especially children and other vulnerable groups. Post-disaster trauma can affect mental health, hinder recovery, and reduce the quality of life of victims. Therefore, the provision of psychological support is a crucial step in the post-flood recovery process. This activity aims to increase the reliability of flood survivors in Rawa Bangun Village, Indragiri Hulu Riau Regency. This community service activity was carried out face-to-face on January 13, 2024 at 09.00 WIB at the Lake Raja Shelter, Indragiri Hulu Regency. The method used is group counseling for vulnerable groups such as education and play for children. The activity of providing emotional support at the Lake Raja Shelter went well and smoothly. Fulfilling the needs of disaster victims is not possible by one institution or one organization alone, but coordination and program integration from related parties are needed.

***Keywords**: Emotional support, flooding, shelter*

PENDAHULUAN

Bencana merupakan rangkaian musibah mengancam, mengganggu kehidupan serta penghidupan warga yang ditimbulkan oleh elemen alam maupun elemen manusia yang menyebabkan timbulnya korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian yang memengaruhi kondisi psikologis warga yang ditimpa musibah tersebut (Info, 2023). Bencana terdiri dari beberapa jenis salah satunya ialah bencana alam, sebuah kondisi musibah yang diakibatkan oleh gejala alam, salah satunya ialah banjir. Banjir merupakan tanda alam yang bisa terjadi kapan saja, dimana saja dan menyebabkan korban jiwa serta kerugian material. Banjir adalah kondisi saat suatu wilayah yang luas

terendam air, dengan mengenali curah hujan dan pola aliran air dapat membantu memprediksi terjadinya banjir (Othman et al., 2022).

Tingginya curah hujan yang terjadi di Kabupaten Kota di Provinsi Riau, khususnya yang terjadi di Kabupaten Indragiri Hulu Riau, penyebab tingginya volume air sungai, sehingga menyebabkan banjir di pemukiman yang berdekatan langsung dengan aliran sungai (Riau Televisi, 2024). Berdasarkan wawancara kepada beberapa korban bencana banjir di Shelter Danau Raja beberapa korban mengalami susah tidur, tensi darah menjadi naik, mengalami stress ringan, penyakit kulit, sakit kepala dan lainnya. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi psikologis yang tepat untuk membantu penyintas dalam menghadapi dan mengatasi dampak psikologis tersebut. Penanganan bencana tidak hanya terbatas pada bantuan fisik dan material, namun juga harus mencakup dukungan psikologis. Disebabkan karena banjir dapat memengaruhi kondisi psikologis korban baik dari yang ringan sampai berat.

Banjir berakibat dapat menyebabkan kehancuran pada infrastruktur di wilayah tertentu, hilangnya harta benda, kekacauan pada kegiatan sehari-hari seperti bekerja dan bersekolah. Banjir memang tidak bisa dihindari, namun sebagai manusia kita bisa mengendalikan dan mengurangi dampak yang diakibatkan oleh banjir (Lestari et al., 2023).Banjir tidak hanya mengakibatkan kerusakan secara material namun juga memiliki imbas pada keseimbangan psikologis bagi para korban. Musibah ini mengakibatkan kecemasan bagi korban, musibah ini menimbulkan rasa terancam secara fisik maupun psikologis. Hal ini menciptakan kondisi yang tidak kondusif bagi korban. Rasa tidak aman yang dirasakan oleh korban merupakan dampak dari adanya tekanan, syok, kerugian material serta hal lainnya saat para korban tidak bisa bisa mengatur kehidupan seperti sedia kala. Banjir dapat menyebabkan keadaan kecemasan bagi korban, kecemasan muncul pada pada pikiran korban yang diakibatkan rasa takut akibat musibah yang sedang terjadi (Safitri, 2021).

Banjir adalah salah satu bencana alam yang dapat menyebabkan dampak fisik dan psikologis pada korban. Selain kerugian materi, korban sering mengalami trauma, kecemasan, dan ketidakpastian tentang masa depan. Oleh karena itu, dukungan psikologis menjadi bagian penting dalam upaya pemulihan pasca-bencana. Program pemberian dukungan psikologis bertujuan untuk membantu korban mengatasi trauma, meningkatkan resiliensi, dan memfasilitasi proses pemulihan secara emosional. Salah satu dukungan psikologis dapat dilakukan dengan mengadakan sesi konseling. Sesi konseling bertujuan membantu korban mengatasi perasaan cemas, takut, dan putus asa akibat banjir. Konseling individu difokuskan pada korban yang mengalami trauma berat, sedangkan konseling kelompok memberikan ruang bagi korban untuk saling berbagi pengalaman dan dukungan. Konseling kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta memeroleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok (Safithry & Anita, 2019).

Sementara untuk anak-anak penyintas dilakukan kegiatan edukasi sambal bermain dengan mahasiswa Insitut Teknologi dan Bisnis Indragiri. Bermain menjadi salah satu teknik yang dapat dilakukan dalam situasi bencana alam serta dapat memumilhkan trauma yang berkepanjangan. Tujuan dari terapi bermain agar anak dapat mengekspresikan diri secara bebas, berempati dengan anak lainnya, serta anak dapat menemukan cara-cara yang positif dalam menyelesaikan suatu persoalan (Okpatrioka & Sopian, 2023).

IDENTIFIKASI MASALAH

Secara geografis, Desa Rawa Bangun merupakan wilayah yang berada di pinggiran sungai, sehingga ketika curah hujan semakin intens, air sungai akan

melimpah hingga menggenangi pemukiman warga. Peristiwa ini menjadi masalah kesehatan psikologis yaitu kecemasan pada seseorang yang menjadi korban banjir. Penanganan efek meluapnya air sungai yang dialami oleh masyarakat khususnya pada dampak psikologis adalah dengan pemberian intervensi khusus yaitu pendampingan psikologis. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan kemampuan kepada korban banjir mengenai cara mengatasi kecemasan akibat bencana banjir yang terjadi.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membantu mengidentifikasi kebutuhan pemulihan kesehatan mental warga yang terdampak bencana banjir di *Shelter* Danau Raja Kabupaten Indragiri Hulu Riau.

METODOLOGI PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan secara tatap muka yang dilakukan tanggal 13 Januari 2024 pada pukul 09.00 WIB di Shelter Danau Raja, Kabupaten Indragiri Hulu. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan bantuan dalam mengurangi dampak negatif lanjutan pada kesehatan mental, memperkuat kemampuan penyembuhan diri, dan membangun harapan masa depan bagi para penyintas banjir di *Shelter* Danau Raja Kabupaten Indragiri Hulu Riau. Sasaran utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu, anak-anak usia sekolah, dan lansia yang terdampak bencana banjir, dengan fokus membantu mengidentifikasi kebutuhan pemulihan kesehatan mental mereka karena mereka adalah kelompok rentan yang sering kali mengalami dampak yang lebih signifikan terhadap kesehatan mental mereka setelah mengalami bencana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum kegiatan dilaksanakan, dilakukan persiapan terlebih dahulu seperti mempersiapakan perizinan dan perlengkapan. Kegiatan ini telah mendapatkan izin pelaksanaan dari Pusat Penelitian Pengabdian kepada Masyarakat Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri. Selanjutnya persiapan tempat dilakukan di Shelter Danau Rajau, Kabupaten Indragiri Hulu Riau.

Kegiatan dilaksanakan mulai pukul 09.00 wib – Selesai dengan pemberian konseling kelompok ditujukan kepada ibu-ibu penyintas banjir di Desa Rawa Bangun, dimana konseling ini diharapkan dapat memberikan ruang bagi korban untuk mengungkapkan perasaan serta kekhawatiran yang sedang mereka alami. Konseling kelompok ini juga diharapkan bisa mendorong dan mendukung koneksi sosial korban dengan keluarga, teman, atau komunitas mereka untuk memperkuat dukungan sosial dan mendukung proses pemulihan.



Gambar 1. Konseling Kelompok Bersama Ibu-ibu Penyintas Banjir di *Shelter* Danau Raja

Mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri turut berpartisipasi dalam kegiatan ini, yaitu dengan melakukan kegiatan belajar dan bermain Bersama dengan anak-anak korban banjir untuk memberikan edukasi sekaligus hiburan bagi mereka. Diharapkan kegiatan edukasi yang dilakukan oleh mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri dapat mengisi waktu luang anak-anak korban banjir dengan cara yang positif diakibatkan tutupnya sekolah selama bencana banjir terjadi.



Gambar 2. Kegiatan Edukasi dan Bermain Mahasiswa Insitut Teknologi dan Bisnis Indragiri Bersama Anak-anak Penyintas Banjir di *Shelter* Danau Raja

Hasil evaluasi dengan adanya kegiatan Pengadian Masyarakat ini, dapat menyimpulkan bahwa mayoritas penyitas merasa cukup aman dan nyaman di tempat pengungsian. Dukungan dari relawan yang secara bergantian memberikan hiburan dan bantuan sementara untuk para penyintas, sejenak dapat melupakan beban dan kecemasan akibat bencana. Selain itu, pemenuhan kebutuhan dasar memberikan kelegaan bagi penyintas banjir, meskipun ketersediaannya tidak bisa dibandingkan ketika bencana banjir belum melanda. Penyintas juga memahami bahwa kebutuhan di shelter pengungsian tidak hanya untuk satu orang saja, sehingga pembagian sumber daya harus merata untuk mengurangi keterbatasan yang ada.

Banjir adalah salah satu bencana alam yang dapat menyebabkan dampak fisik dan psikologis pada korban. Selain kerugian materi, korban sering mengalami trauma, kecemasan, dan ketidakpastian tentang masa depan. Oleh karena itu, dukungan psikologis menjadi bagian penting dalam upaya pemulihan pasca-bencana. konseling bertujuan membantu korban mengatasi perasaan cemas, takut, dan putus asa akibat banjir. Konseling individu difokuskan pada korban yang mengalami trauma berat, sedangkan konseling kelompok memberikan ruang bagi korban untuk saling berbagi pengalaman dan dukungan. Korban banjir sering mengalami stres akibat kehilangan tempat tinggal atau barang berharga. Edukasi tentang teknik manajemen stres seperti pernapasan dalam, meditasi, dan relaksasi otot progresif dapat membantu mereka menghadapi tekanan psikologis. Sementara untuk anak-anak yang lebih rentan terhadap trauma karena keterbatasan mereka dalam memahami situasi bencana. Edukasi dan bermain memungkinkan mereka untuk mengungkapkan emosi secara tidak langsung melalui permainan. Aktivitas ini membantu anak-anak mengurangi rasa takut dan meningkatkan rasa aman.

Program pemberian dukungan psikologis bertujuan untuk membantu korban mengatasi trauma, meningkatkan resiliensi, dan memfasilitasi proses pemulihan secara emosional. Korban bencana, khususnya penyintas banjir di Desa Rawa Bangun memerlukan berbagai kebutuhan agar dapat bertahan hidup dan bangkit kembali semangatnya untuk hidup bermasyarakat. Kebutuhan tersebut bukan hanya meliputi kebutuhan primer dan sekunder namun juga dukungan psikologis. Bencana dapat menyebabkan kehilangan langsung, maupun kehilangan tidak langsung. Kehilangan langsung merupakan kerusakan yang bersifat materil, cidera, biaya perbaikan atau renovasi struktur publik maupun pribadi (bangunan, sekolah, jembatan, jalan, dsb), biaya relokasi/rumah sementara, kehilangan usaha, biaya tanggap darurat, hingga biaya pembersihan dari efek bencana. Sementara kehilangan tidak

langsung memiki efek jangka panjang terhadap masyarakat. kehilangan tidak langsung dapat berupa kehilangan pendapatan, kehilangan input maupun output bisnis, pengurangan pendapatan, kehilanganan pengetahuan (pendidikan), sakit kejiwaan, hingga kematian (Nasution & Saragih, 2022).

KESIMPULAN

Pengabdian masyarakat dengan topik "Pemberian Dukungan Emosional Untuk Pengungsi Banjir Di Shelter Danau Raja Kaputen Indragiri Hulu" terlaksana dengan baik. Sambutan dari penyintas sangat baik. Dengan adanya konseling kelompok dan kegiatan edukasi dan bermain bersama yang dilakukan diharapkan dapat meningkatkan resiliensi penyitas terhadap bencana yang dialami dan mampu menghilangkan trauma serta jenuh di shelter. Pemenuhan kebutuhan korban bencana tidak mungkin dilakukan oleh satu lembaga atau satu organisasi saja, tetapi diperlukan koordinasi dan keterpaduan program baik dari pemerintah, LSM, organisasi sosial, organisasi kemasyarakatan, dunia usaha dan pihak-pihak yang peduli terhadap masalah korban bencana.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, serta masyarakat korban banjir yang berada di Shelter Danau Raja serta mahasiswa yang juga telah berpartipsipasi dalam pemberian dukungan emosional pada penyintas banjir di Shelter Danau Raja.

REFERENSI

Info, R. (2023). Mengenal Jenis-jenis Bencana Alam beserta Kategorinya. *Kumparan.Com*. https://kumparan.com/ragam-info/mengenal-jenis-jenis-bencana-alam-beserta-kategorinya-20jfYk6Hun9

Lestari, D. R., Rahmah, M., Hilman, M., P., G. A. R., Norrizqie, M., & A., M. F. (2023). Pendampingan Kesehatan Jiwa Pada Warga yang Tinggal di Pinggiran Sungai Pasca Terdampak Bencana Banjir. *PRO SEJAHTERA (Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *5*(1). https://snllb.ulm.ac.id/prosiding/index.php/snllb-abdimas/article/view/839

Okpatrioka, O., & Sopian, S. (2023). Permainan tradisional solusi trauma healing bagi anak pasca gempa cianjur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(1). https://ejurnal.stpkat.ac.id/index.php/jpkm/article/download/12/87

Othman, F., Sharip, S., Kasim, S., Kamdari, N., & Baharuddin, F. (2022). Flooding: The Mental, Social and Health Effects of Flood Disasters. *International Journal Of Academic Research In Business And Social Sciences*, *12*(10), 2569–2582.

Riau Televisi. (2024). *Pemkab Inhu Galakkan Goro Pencegahan Dini Banjir*. https://www.riautelevisi.com/berita-pemkab-inhu-galakkan-goro-pencegahan-dini-banjir.html

Safithry, E. A., & Anita, N. (2019). Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Menurunkan Prasangka Sosial Peserta Didik. *Jurnal Bimbingan Konseling*, *4*(2), 33–41.

Safitri, N. (2021). Kondisi Psikologis Warga Pasca Bencana Banjir di Lingkungan Kelurahan Kantin Kecamatan Padangsidimpuan Utara Kota Padangsidimpuan. *Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan*.