

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia menempati zona tektonik yang sangat aktif karena tiga lempeng besar dunia dan sembilan lempeng kecil lainnya saling bertemu di wilayah Indonesia dan membentuk jalur-jalur pertemuan lempeng yang kompleks (Bird 2003). Keberadaan interaksi antar lempeng lempeng ini menempatkan wilayah Indonesia sebagai wilayah yang sangat rawan terhadap gempa bumi (Milson 1992).

Negara Kesatuan Republik Indonesia (NKRI) sendiri terletak di garis khatulistiwa pada posisi silang antara dua benua dan dua samudra dan berada pada 6° Lintang Utara – 11° Lintang Selatan dan 95° Bujur Timur – 141°. Bujur Timur memiliki kondisi geografis, geologis, hidrologis, dan demografis yang rawan terhadap terjadinya bencana dengan frekuensi yang cukup tinggi dan cenderung bervariasi, seperti gempa bumi, bencana banjir, bahkan banjir bandang yang diikuti tanah longsor, retak dan bergerak, juga bencana yang menimpa perseorangan atau sekelompok masyarakat saja seperti angin puting beliung dan petir menyambar. Akibat bencana yang dimaksud, tentu banyak menimbulkan kerugian kerugian, tidak hanya kehilangan harta benda, tetapi juga gangguan psikososial bagi masyarakat korban bencana, karena kehilangan nyawa anggota keluarga yang mereka cintai.

Permasalahan pertama dari peristiwa-peristiwa gempa adalah sangat potensial mengakibatkan kerugian yang sangat besar, yaitu merupakan kejadian alam yang belum diperhitungkan dan diperkirakan secara akurat baik kapan dan dimana terjadinya serta besaran megnitudenyanya dan gempa tidak dapat dicegah. Karena tidak dapat dicegah dan tidak dapat diperkirakan secara akurat, usaha-usaha yang bisa dilakukan pemerintah dan masyarakat adalah dengan menghindari wilayah-wilayah dimana terdapat patahan atau sesar, kemungkinan tsunami dan longsor, serta bangunan sipil harus direncanakan dan dibangun tahan gempa (Kusmajaya & Wulandari 2022).

Berdasarkan data dari BNPB (Badan Nasional Penanggulangan Bencana) bahwa dalam kurun waktu tahun 1828-2017 di seluruh provinsi di Indonesia tercatat 515 kejadian gempabumi dimana jumlah kejadian gempabumi yang paling tinggi yaitu pada tahun 2009 sebanyak 54 kejadian dan jumlah korban jiwa yaitu sebanyak 1286 orang. Sedangkan jumlah korban jiwa yang paling tinggi yaitu pada tahun 2006 sebanyak 5700 orang dengan jumlah kejadian sebanyak 33 bencana gempabumi.

Kabupaten Cianjur merupakan salah satu kabupaten yang terdapat di Provinsi Jawa Barat. Menurut data dari BNPB Kabupaten Cianjur pernah dilanda bencana gempabumi pada tahun 2009. Berdasarkan informasi tersebut kejadian gempabumi yang melanda Kabupaten Cianjur mengakibatkan 28 orang meninggal, 42 orang hilang dan 21 orang luka-luka serta 10047 penduduk mengungsi. Kejadian gempabumi tersebut telah

merendam rumah penduduk, akses jalan serta areal lahan pertanian masyarakat.

Peristiwa bencana umumnya membawa pengaruh besar bagi korban termasuk kehilangan harta benda bahkan jiwa. Permasalahan lain yang ada pada korban bencana gempa bumi Cianjur adalah pada pasca-bencana. Setelah terjadi bencana, fokus perhatian masyarakat darmawan biasanya hanya pada proses pemulihan yang mengutamakan penyelamatan dan evakuasi, keamanan, logistik, pendirian pengungsian-pengungsian sementara, hingga pemenuhan kebutuhan lainnya. Pada kenyataannya bencana juga mengganggu fungsi psikososial, sementara aspek psikososial seringkali terabaikan. Padahal dalam kenyataannya, banyak sekali permasalahan psikososial yang dialami oleh penyintas.

Dalam kehidupan sehari-hari yang dijalani korban bencana gempa bumi Cianjur, penuh dengan stress tingkat rendah, dan bahkan berhadapan dengan stres yang lebih serius, seperti takut memasuki rumah dan tidur di rumah, takut ke kamar mandi, dan stres karena kehilangan sanak keluarga dan harta benda.

Dalam menghadapi stres tersebut ada individu yang bisa mengatasinya, namun tidak sedikit juga individu yang tidak bisa mengatasinya, sehingga menimbulkan masalah bagi individu. Bisa tidaknya individu mengatasi stresnya ditentukan oleh tingkat kepercayaan diri dan kemampuan yang dimilikinya (Weaver, Flannelly, dan Preston, 2003). Dengan kata lain, individu yang memiliki kepercayaan yang tinggi dan

memiliki kemampuan yang memadai, cenderung bisa mengatasi stres yang dihadapinya.

Hasil penelitian di Amerika memperlihatkan 15-43% wanita dan 14-43% pria mengalami peristiwa stres atau trauma selama kehidupan mereka. Anak-anak dan remaja yang mengalami peristiwa stres atau trauma, 3-15% wanita dan 1-6% pria mengalami *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (National Center for PTSD, dalam Nilsson, Gustafsson, dan Svedin, 2010). Dari penelitian tersebut terlihat bahwa wanita memiliki resiko lebih tinggi mengalami PTSD dari pria.

Peristiwa traumatis dapat menyerang kehidupan manusia secara tiba-tiba, dan mengubah kehidupan manusia menjadi berantakan. Setelah peristiwa tersebut sebagian individu tidak yakin untuk bisa hidup secara baik baik lagi seperti sebelum terkena bencana atau peristiwa traumatis (Kinchin, 2007). Dengan kata lain, individu dapat mengalami guncangan berat, stres, depresi, dan trauma setelah bencana. Kondisi ini menjadi lebih serius lagi atau bahaya bagi anak-anak, pasangan suami istri, kerabat dekat, atau teman-teman lainnya (Kinchin, 2007). Mereka membutuhkan layanan dukungan untuk kesehatan mental, stabilitas emosional, dan optimisme untuk memulai kehidupan baru pasca kehilangan semua yang berarti dalam hidupnya. Karena itu, bantuan berupa layanan konseling trauma merupakan kebutuhan yang tidak kalah penting untuk diprioritaskan.

Sebagaimana kondisi masyarakat Cianjur pasca bencana gempa bumi, terdapat beberapa temuan kasus stress ringan dan berat yang dialami masyarakat. Temuan Stres Ringan diantaranya yaitu; 1) Susah untuk tidur, tidur tidak tenang karena banyaknya gempa susulan 2) tidak mau dan takut memasuki rumah apalagi untuk tidur di rumah/pondok asrama, 3) Takut memasuki kamar mandi dan harus di antar jika ingin ke kamar mandi, dan gejala stres ringan lainnya. Sedangkan temuan Stress Berat diantaranya yaitu; 1). Mudah gelisah dan cemas berlebih, 2) gangguan ketakutan melihat dan mendengar sesuatu yang memiliki kesamaan seperti yang di alami, 3). Perasaan sedih berlebih akibat sanak keluarga yang meninggal, dan gejala stress berat lainnya.

Berdasarkan temuan itu IDA Camp hadir dan bekerjasama dengan Pondok Pesantren Al-kautsar Cipaku. IDA Camp adalah *Indonesia Disaster Adaptif Camp*, yang menghimpun berbagai lembaga dan komunitas dan sudah terdaftar di Pos Gabungan Siaga Bencana Jawa Barat. IDA Camp berfokus pada aspek pengetahuan, pelayanan, dan pemberdayaan. Bentuk Layanan dukungan psikososial yang Ida Camp berikan berupa terapi psikososial, konseling, psikoedukasi, refleksional, serta penguatan-penguatan psikologis lainnya.

Ida Camp dan Pondok pesantren Al-kautsar yang terletak di Jawa Barat tepatnya, di Cipaku Kabupaten Cianjur telah menjadi salah satu motor penggerak dalam kebencanaan khususnya dalam manajemen kebencanaan. Dalam manajemen kebencanaan tentunya tidaklah mudah apalagi untuk

tingkat pondok pesantren yang umumnya tidak terlalu ahli dalam kebencanaan. Namun, al-kautsar berbeda dari sebagian besar pondok pesantren yang ada di Cianjur, mereka bangkit dan membentuk suatu paguyuban yang bernama “REMPUG” (relawan masyarakat peduli gempa). Dengan adanya rempug ini al-kautsar bergerak dalam manajemen kebencanaan, mereka terbuka terhadap saran dan kritik sehingga mereka bisa dapat banyak belajar dalam manajemen kebencanaan yang terbagi kedalam beberapa cluster diantaranya, pendidikan, logistik, SAR, ekonomi, dapur umum, pengungsian dan Psikososial.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengukur seberapa besar penelitian pengaruh layanan dukungan psikososial oleh Ida Camp terhadap *stress relief* masyarakat korban bencana Gempa Cianjur.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah adakah Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* Masyarakat korban gempa Cianjur, pada Santriwan dan santriwati di Pondok Pesantren Al-Kautsar Cipaku, Cianjur?

C. Tujuan Penelitian

Dari uraian di atas, secara spesifik tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengukur seberapa besar Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial oleh Ida Camp terhadap *Stress Relief* Masyarakat Korban Gempa Cianjur, pada santriwan dan santriwati di Pondok Pesantren Al-Kautsar Cipaku.

D. Kegunaan Penelitian

Kegunaan atau manfaat dari penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu:

1. Secara Akademis

Kajian ini bermanfaat untuk mendapatkan kontribusi informasi yang lebih mendalam tentang pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam mengenai Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* korban bencana gempa bumi khususnya di Pondok Pesantren Al-Kautsar Cipaku, Cianjur. Selain itu penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan, referensi, penelitian dan referensi akademik serta dapat memberikan pengetahuan kepada peneliti.

2. Secara Praktis

- a) Bagi peneliti: dengan adanya penelitian ini, maka akan dapat pengetahuan yang lebih mendalam mengenai peran dan pengaruh layanan dukungan psikososial oleh IDA Camp terhadap penanganan *Stres Relief* masyarakat korban bencana di wilayah rawan bencana. Peneliti juga akan mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan Psikososial yang dilakukan oleh individu dan team layanan dukungan psikososial IDA Camp, dan dengan penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan manfaat dari kegiatan tersebut.
- b) Bagi Masyarakat Cipaku dan masyarakat umum: dapat menambah pengetahuan agar masyarakat mengetahui penguatan-penguatan apa

saja yang harus mereka lakukan ketika terjadi bencana khususnya bagi diri mereka sendiri, umumnya untuk membantu orang lain. Manfaat lain juga yang akan terasa adalah dengan saling berbagi informasi kepada sanak keluarga, kerabat dekat dan masyarakat luas sehingga terciptalah distribusi informasi sebagai upaya pencegahan yang preventif dalam penanganan *Stress Relief* pasca bencana.

- c) Bagi tim Psikososial IDA Camp: dapat meningkatkan kualitas diri dalam hal keprofesian, menambah jam terbang lapangan kerja, dan ikhtiar dalam membantu sesama manusia yang membutuhkan pertolongan layanan dukungan Psikososial.

E. Hasil Penelitian yang Relevan

Adanya hasil penelitian yang relevan digunakan peneliti untuk menemukan letak perbedaan topik penelitian yang akan diteliti diantara penelitian-penelitian yang sudah ada. Selain itu, peneliti berharap dalam penelitian ini dapat diperhatikan mengenai kekurangan dan kelebihan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan penulis lakukan. Selain mengkaji literatur dari buku, peneliti juga menelaah beberapa referensi penelitian yang sudah ada yang berkaitan dengan Layanan Dukungan Psikososial guna mengetahui pengaruh terhadap *Stres Relief* masyarakat korban bencana gempa di wilayah rawan bencana. Adapaun mengenai penelitian terdahulu sebagai berikut:

Pertama, penelitian Skripsi yang telah diselesaikan oleh Indah Rachmawati Erkasi yang berjudul “*Pemberdayaan Masyarakat Pasca Erupsi Merapi*”, fokus penelitian ini yaitu untuk mengetahui proses pendampingan terhadap masyarakat dusun Jamblangan pasca bencana Merapi. Hasil dari penelitian ini menunjukkan proses pemberdayaan yang bertujuan untuk pemulihan perekonomian masyarakat dusun Jamblangan dengan cara pembentukan usaha-usaha masyarakat kelas menengah hingga pelatihan pemasarannya. Letak perbedaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah pada proses pemberdayaan yang dilakukan kepada masyarakat pasca erupsi Merapi yang memberikan berupa pembuatan kelompok usaha dan pelatihan, Sedangkan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan ialah strategi mengukur pengaruh Layanan Dukungan Psikososial oleh IDA Camp terhadap *Stress Relief* masyarakat korban bencana gempa bumi Cipaku, Kab. Cianjur.

Kedua, penelitian Skripsi yang telah diselesaikan oleh Al Fajar pada tahun 2019 dengan judul “*Efektivitas Pelaksanaan Konseling Trauma pada Siswa Korban Gempa di SMP Negeri 1 Bandar Dua*”, fokus penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas terhadap pelaksanaan konseling trauma korban gempa di SMP Negeri 1 Bandar Dua. Selain itu juga untuk mengetahui hambatan kegiatan konseling trauma pada korban gempa di SMP Negeri Bandar Dua. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dalam kegiatan efektivitas konseling trauma sekolah memiliki peran penting dalam pembinaan kegiatan konseling trauma. Untuk mencapai keberhasilan suatu

kegiatan maka diperlukan perencanaan, pelaksanaan, pengelompokkan, dan evaluasi kegiatan.

Letak perbedaan pada penelitian ini yaitu pada fokus penelitian yang dalam penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pelaksanaan konseling trauma pada siswa SMP Negeri 1 Bandar Dua korban pasca gempa. Sedangkan dalam penelitian yang akan peneliti lakukan ialah untuk mengukur Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial oleh IDA Camp terhadap *Stress Relief* masyarakat korban bencana gempa bumi Cipaku, Kab. Cianjur.

Ketiga, Dalam penelitian Jurnal karya Andika Ari Saputra, Rizky Hidayatullah, Umar Al-Faruq, dkk. Menuliskan penelitian yang berjudul “*Layanan Konseling Untuk Meningkatkan Mental Korban Bencana Alam*”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling untuk meningkatkan mental korban bencana alam sangat dibutuhkan dan menunjukkan hasil yang baik. Terbukti bahwa berdasarkan yang telah dilakukan ditemukan bahwa konselor memiliki peranan penting untuk membantu korban yang selamat dari bencana alam yaitu dengan memberikan pelayanan disaster counseling (konseling bencana). Layanan konseling bencana pada prinsipnya dibutuhkan oleh semua korban bencana yang mengalami trauma atau situasi krisis, dan peran konselor yaitu memberikan layanan pendampingan, bimbingan dan konseling. Adapun relevansi dalam penelitian ini yakni mengenai bimbingan konseling sebagai ilmu yang mendasari peneliti dalam melaksanakan penelitian. Adapun

perbedaannya terletak pada tujuannya yaitu untuk meningkatkan mental korban bencana alam. Sedangkan dalam penelitian ini bertujuan untuk mengukur pengaruh layanan dukungan psikososial terhadap stress relief masyarakat korban gempa bumi Cianjur.

Keempat, dalam penelitian Jurnal Kajian Risiko Bencana Gempabumi karya Sumadani Kusmajaya, dan Riskayana Wulandari menuliskan penelitian yang berjudul "*Kajian Risiko Bencana Gempabumi di Kabupaten Cianjur*" Lembaga Sertifikasi Profesi Penanggulangan Bencana. Hasil penelitian menunjukkan berbagai data yang dibutuhkan pada saat itu sebagai bahan kajian untuk para peneliti, akademisi, ataupun praktisi penanggulangan bencana. Adapun hasil data needs assessment analisis yang di dapatkan dari kajian ini seperti; analisis bahaya gempa bumi, analisis kerentanan, analisis eksposur, dan analisis resiko. Relevansi dalam penelitian ini adalah mengenai risiko atau dampak yang ditimbulkan pasca bencana gempa bumi Cianjur salah satu dampak bencana gempa bumi Cianjur adalah terganggunya psikososial masyarakat. Adapun perbedaannya terletak pada tujuannya yaitu untuk kebutuhan bahan data kajian risiko bencana gempa bumi Cianjur, sedangkan dalam penelitian ini peneliti focus mengukur pengaruh Layanan Dukungan Psikososial oleh IDA Camp terhadap *stress relief* masyarakat korban gempa bumi Cianjur.

F. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini peneliti berfokus untuk mengukur konsep atau kerangka pikir yang bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam

penelitian. Dengan demikian tujuan yang dicapai oleh peneliti menjadi lebih jelas karena telah disusun dengan sistematis. Kerangka pikir ini merupakan konsep yang digunakan untuk membentuk batasan masalah bagi penelitian teoritis. Hal ini guna menghindari kesalah pahaman dalam penelitian ini.

1. Landasan Teoritis

a. Layanan Dukungan Psikososial

Layanan dukungan psikososial adalah suatu kegiatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan psikososial individu maupun kelompok masyarakat agar tetap bisa bertahan secara optimal pada saat mengalami krisis dalam situasi bencana maupun lainnya. Menurut Chaplin (2011) Psikososial adalah suatu kondisi yang terjadi pada idividu yang mencakup aspek psikis dan sosial atau sebaliknya. Selanjutnya menurut Nanda (2012) masalah psikososial terdiri dari berduka, keputusasaan, ansietas, ketidakberdayaan, resiko penyimpangan perilaku sehat, gangguan citra tubuh, koping tidak efektif, koping keluarga tidak efektif, sindroma post trauma, penampilan peran tidak efektif dan HDR situasional.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa Layanan Dukungan Psikososial adalah aspek hubungan yang dinamis antara dimensi psikogis dengan sosial, jadi bisa berubah kapan saja tidak dapat terprediksi. Pemulihan psikososial bagi individu atau sekelompok orang ditujukan untuk dapat kembali

kepada kehidupan normalnya sehingga tercipta kehidupan yang produktif setelah melewati peristiwa traumatik.

Menurut Bezie dalam Ida Camp (2022) Trauma itu adalah suatu karunia kebaikan dari tuhan untuk setiap insan manusia, sampai kapanpun selama manusia itu masih hidup trauma tidak akan pernah hilang dari jiwa manusia. Yang bisa dilakukan oleh para ahli dibidang kejiwaan adalah menggeser atau menempatkan kembali stres atau trauma yang diderita pasiennya kepada tempatnya, agar tidak mejadi trauma berlebih. Jadi, istilah yang disebut trauma tidak baik itu adalah karena individu mengalami trauma berlebihan.

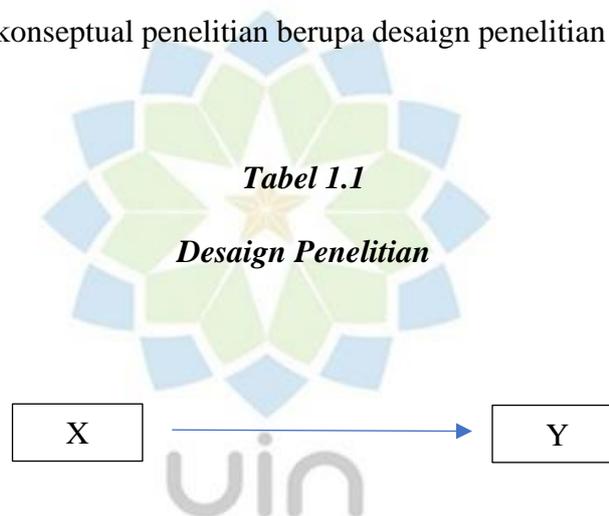
b. *Stress Relief*

Stress Relief adalah respon alami tubuh ketika menangani beragam tekanan atau kekhawatiran. Respon ini mendorong kita untuk melakukan tindakan untuk mencegah tekanan atau bahaya yang mungkin terjadi. Stres ditandai oleh pernapasan yang cepat, kenaikan tekanan darah, dan otot menegang. Pemicu stres setiap orang juga dapat berbeda-beda, karena respon kita dalam mengantisipasi stres juga berbeda dengan orang lain.

Kesimpulan *Stress Relief* adalah istilah yang asalnya dari bahasa inggris, dan dapat diartikan sebagai upaya atau cara-cara yang dilakukan untuk mengurangi, meringankan maupun menghilangkan stres dengan efektif.

2. Kerangka konseptual

Kesehatan mental dan dukungan psikososial mengacu pada semua jenis dukungan lokal atau dukungan dari luar yang bertujuan untuk melindungi atau mempromosikan kesejahteraan psikososial dan mencegah atau menangani gangguan mental. Berikut adalah gambaran kerangka konseptual penelitian berupa desain penelitian



Keterangan

Layanan Dukungan Psikososial : Variable X

Stres Relief : Variable Y

G. Hipotesis

Berdasarkan rumusan masalah dalam penelitian ini, maka dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

H₀ : Tidak Terdapat Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* Masyarakat Korban Gempa Cianjur.

H₁ : Terdapat Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* Masyarakat Korban Gempa Cianjur.

H. Langkah-Langkah Penelitian

Langkah-langkah penelitian yang akan ditempuh dalam penelitian ini antara lain: Lokasi Penelitian, Jenis Data, Sumber Data, Teknik Pengumpulan Data, serta Analisis Data yang akan ditempuh (Panduan Penulisan Skripsi, Bandung: FDK 2022: 77).

1. Lokasi Penelitian

Tempat yang menjadi objek penelitian adalah Pondok Pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku yang beralamatkan di desa. Sukawangi, Kecamatan Warungkondang, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat, Indonesia.

Dengan alasan : 1) Tersedianya data yang dapat dijadikan objek penelitian, 2) Isu-isu yang relevan untuk penelitian yang akan dilakukan sesuai dengan pembahasan yang akan diteliti, yakni Pengaruh Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* masyarakat korban gempabumi cipaku Cianjur.

2. Paradigma dan pendekatan

a. Paradigma

Paradigma penelitian di dalam penelitian ini adalah positivisme menggunakan data kuantitatif. Paradigma positivisme adalah suatu paradigma yang terorganisir untuk mengkombinasikan

deductive logic dan pengamatan empiris dari perilaku individu, yang berguna untuk menemukan atau memperoleh konfirmasi tentang sebab-akibat yang bisa dipakai untuk memprediksi pola umum kegiatan manusia.

b. Pendekatan

Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif yang di dalam usulan penelitian, proses, hipotesis, turun ke lapangan, analisis data dan kesimpulan data sampai dengan penulisannya mempergunakan aspek pengukuran, perhitungan, rumus dan kepastian data numerik untuk menjawab pertanyaan penelitian.

3. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni metode Kuantitatif dengan Teknik analisis regresi linear sederhana. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang dimaksud untuk mengungkapkan gejala secara holistik-kontektual melalui pengumpulan data secara alami dengan memanfaatkan diri peneliti sebagai instrumen kunci. Penelitian kuantitatif bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis pendekatan induktif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menitikberatkan pada pengukuran dan analisis hubungan sebab-akibat antara bermacam macam variabel, bukan prosesnya, penyelidikan dipandang berada dalam kerangka bebas nilai.

Sedangkan analisis regresi linear sederhana merupakan suatu metode atau teknik analisis hipotesis penelitian untuk menguji ada tidaknya pengaruh antara variabel satu dengan variabel lain, yang dinyatakan dalam bentuk persamaan regresi.

4. Jenis data dan sumber data

a. Jenis Data

Adapun jenis data yang digunakan adalah data primer, yakni sumber data yang langsung memberikan data kepada pengumpulan data (Sugiyono, 2018: 456). Adapun hal yang diteliti dalam penelitian ini yakni turunan dari variabel yang diteliti (variabel x dan variabel y).

Oleh karena itu jenis data yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah:

- 1) Data tentang penyintas yang mengalami Stres ringan dan berat pasca bencana gempa bumi Cianjur di pondok pesantren Al-Kautsar Cipaku
- 2) Data tentang upaya pemberian layanan dukungan psikososial *Stress Relief* kepada penyintas gempa bumi Cianjur di pondok pesantren Al-Kautsar Cipaku
- 3) Data hasil dari proses pemberian Layanan Dukungan Psikososial terhadap *Stress Relief* Masyarakat korban gempa Cianjur di Pondok Pesantren Al-Kautsar Cipaku.

b. Sumber Data

Adapun Sumber data pada penelitian ini yakni sebagai berikut:

1) Sumber Data Primer

Sumber data ini diambil dari objek penelitian secara langsung adapun objeknya yaitu Santri dan santriwati Pondok Pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku, Cianjur.

2) Sumber Data Sekunder

Sumber data sekunder dalam penelitian ini merupakan hasil dari penelitian ilmiah yang di dapat dari Pengasuhan Santri dan Santriwati Pondok Pesantren Modern Al-kautsar Cipaku, Cianjur, artikel dan jurnal, buku-buku, skripsi dan referensial lain yang memiliki keterkaitan dengan variabel dalam penelitian ini

Berdasarkan kebutuhan sumber data tersebut yaitu menggunakan Sumber data Primer dan Sumber data Sekunder.

5. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Menurut Corper, Donald, R; Schindler, Pamela, S; 2003 dalam Sugiyono (2019, hlm. 145) tentang populasi menyatakan *"Population is the total collection of element about which we wish*

to make some inference. A population element is the subject on which the measurement is being taken. It is the unit of study”.

Populasi adalah keseluruhan element yang akan dijadikan wilayah inferensi/generalisasi. Elemen populasi adalah keseluruhan subjek yang akan diukur, yang merupakan unit yang diteliti. Dalam hal ini populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019, hlm. 145).

Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku yang beralamatkan di desa. Sukawangi, Kecamatan Warungkondang, Kabupaten Cianjur, Jawa Barat, Indonesia. Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini adalah penyintas gempabumi Cianjur yang merupakan masyarakat pondok pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku dan mengikuti Layanan dukungan psikososial yang diadakan oleh IDA Camp dengan jumlah populasi yang mengikuti sebanyak 250 orang, kemudian peneliti hanya mengambil 10% dari populasi santri yang mengikuti layanan dukungan psikososial IDA Camp yaitu 25 orang.

b. Sampel

Defenisi sampel menurut Sugiyono (2019, hlm. 146) “bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Begitu juga menurut Arifin (2011, hlm 215) menyatakan bahwa

“sampel adalah sebagian dari populasi yang akan diteliti atau dapat juga dikatakan bahwa sampel adalah populasi dalam bentuk mini (*miniature population*)”.

Sampel pada penelitian ini adalah menggunakan Teknik Purposive Sampling. Menurut *Dana P. Turner*, purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan ketika peneliti sudah punya target individu dengan karakteristik yang sesuai dengan penelitian

Sampel dalam penelitian ini mempunyai beberapa kriteria sebagai berikut 1) Berumur minimal 13 tahun (remaja), 2) santriwan dan santriwati Pondok Pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku, 3) Mengalami gejala perilaku *stress* ringan dan berat akibat bencana, dan 4) mengikuti layanan dukungan psikosoial yang diadakan oleh Ida Camp. Data diperoleh dari observasi wawancara dengan pimpinan pondok pesantren, wali asuh, dan Fasilitator IDA Camp di Pondok Pesantren Modern Al-Kautsar Cipaku.

6. Teknik Pengumpulan Data

Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

a. Observasi

Observasi meliputi kegiatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Jadi, mengobservasi dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran,

peraba dan pengecap (Arikunto, 2006: 156). Teknik ini digunakan karena penulis berkeyakinan adanya pengumpulan data ini hanya dapat dikumpulkan dengan cara mengamati langsung pada objeknya, mengingat data berorientasi pada fakta. Dalam prakteknya metode ini diarahkan untuk melihat gambaran umum dan objek penelitian tersebut.

b. Skala

Skala sangat penting dalam penelitian untuk menjelaskan prosedur yang dilakukan dalam bentuk angka terhadap berbagai tingkat pendapat, sikap atau konsep lainnya. Metode Penskalaan pada penelitian ini menggunakan Skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seorang atau kelompok orang tentang fenomena social (Sugiyono, 2016).

Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu skala Layanan Dukungan Psikososial dan skala *Stress Relief* dan ada beberapa item yang dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan pengumpulan data. Skala Layanan Dukungan Psikososial dijabarkan dari aspek bentuk, metode, dan materi. Skala *Stress Relief* dijabarkan dari aspek sebelum dan sesudah.

Setiap aspek dikembangkan dalam bentuk butir-butir pernyataan, berdasarkan empat kategori jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Setiap butir pernyataan yang digunakan dalam Skala Likert

mempunyai gradasi dari positif (*Favourable*) sampai negative (*Unfavourable*). Skor setiap butirnya berkisar dari 1-4.

Adapun sebaran butir skala Layanan Dukungan Psikososial dapat dilihat pada table berikut ini.



*Tabel 1.2**Butir-Butir Skala Variable Layanan Dukungan Psikososial (X)*

No	Aspek – Aspek	Nomor Butir		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1	Membangun hubungan konsultatif dengan klien	1, 2	3	3
2	Membangun hubungan interaktif dengan klien	1, 2, 4	3	4
3	Identifikasi masalah	1, 2	3	3
4	Perubahan perasaan dan perilaku klien	1, 2, 3	0	3
5	Membuat perencanaan perubahan hidup	1, 2	0	2
6	Dapat menjalankan kehidupan sosial yang normal dengan psikis yang sehat	2	1	2
7	Dapat mengontrol emosi negative menjadi positif	3, 4	1, 2	4
8	Melaksanakan program yang sudah direncanakan Bersama	1, 2, 4	3	4
Jumlah		18	7	25

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa butir-butir skala variable X layanan dukungan psikososial oleh IDA Camp mempunyai jumlah butir *Favourabel* (18) dan, *Unfavourabel* (7).

Tabel 1.3

Butir-Butir Skala Variable Stress relief (Y)

No	Aspek – Aspek	Nomor Butir		Jumlah
		Favourable	Unfavourable	
1	Tindakan kesadaran	1, 3	2	3
2	Kekhawatiran	3	1, 2	3
3	Reaksi abnormal	0	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	7
4	Reaksi Normal	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7	0	7
Jumlah		10	10	20

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa butir-butir skala variable Y *Stress Relief* mempunyai jumlah butir *Favourabel* (10) dan, *Unfavourabel* (10).

c. Studi kepustakaan

Studi kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (Nazir, 2003: 27).

Kesimpulan dari Studi kepustakaan yang peneliti lakukan pada penelitian ini adalah menggunakan literatur-literatur seperti buku, jurnal, skripsi, catatan-catatan dan laporan dan lainnya.

7. Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Uji validitas dalam penelitian digunakan untuk mengukur keakuratan instrument penelitian. Validitas adalah suatu derajat ketepatan instrumen (alat ukur), maksudnya apakah instrument yang digunakan betul-betul tepat untuk mengukur apa yang akan diukur (Arifin 2014, hlm. 245).

Validnya suatu instrumen apabila mampu mengukur serta dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara akurat (Arikunto, 2007). Suatu instrument yang valid mempunyai validitas yang tinggi, sedangkan intrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah (arikunto 2006: 168).

Mengacu pada *Degree of Freedom* (df) dengan signifikansi 0.05. Apabila r hitung lebih besar dari r tabel, maka instrument dapat dikatakan valid.

Berdasarkan uraian diatas Uji Validitas adalah suatu alat untuk mengukur keakuratan instrument penelitian secara akurat dan valid.

(Sumber hasil sudah dilampiran)

b. Uji Realibilitas

Uji reliabilitas merupakan salah satu langkah penting dalam analisis data kuantitatif. Reliabilitas mengacu pada tingkat konsistensi dan ketepatan suatu instrumen atau alat ukur dalam mengukur variabel yang sama pada waktu yang berbeda, dalam situasi yang berbeda, atau dengan berbagai responden.

Tujuan dari uji reliabilitas adalah untuk memastikan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian dapat menghasilkan hasil yang konsisten dan dapat diandalkan.

Metode yang digunakan dalam pengujian alat ukur pada penelitian ini adalah metode *alpha Cronbach Alpha (a)*. Jika *Cronbach Alpha* lebih besar dari 0.70 maka alat uji tersebut dikatakan *reliabel*.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Uji Realibilitas adalah suatu alat ukur untuk mengukur variable konsisten dan dapat digunakan.

8. Teknik Analisis Data

Menurut Sugiyono (2014:207), analisis data merupakan kegiatan-kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber lain terkumpul.

Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yakni Analisis regresi linear sederhana. Menurut Sugiyono (2027:260) analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh atau

hubungan secara linear antara satu variable independent dengan suatu variable dependen. Regresi sederhana berguna untuk menguji pengaruh pada variabel bebas dan terikat (Sugiyono, 2017). Adapun analisis data pada penelitian ini peneliti menggunakan aplikasi SPSS.

a. Uji Asumsi Klasik

1) Uji Normalitas

Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui sebaran data berdistribusi normal tidaknya nilai residual. Peneliti menentukan tingkat kesalahan (*galat error*) pada peneliian ini sebesar 5% atau $\alpha = 0.05$. jika data yang diambil peneliti memiliki nilai signifikansi lebih dari 0.05 maka dinyatakan normal. Tetapi jika data yang diambil memiliki nilai signifikansi kurang dari 0.05 maka dinyatakan tidak normal.

H_0 : data populasi berdistribusi normal

H_1 : data residual tidak berdistribusi normal

Alpha : 5%

Sig > α maka H_0 diterima

Sig < α maka H_0 ditolak

Uji normalitas ini dilakukan menggunakan software aplikasi SPSS versi 25.0. pengujian normalitas ini dilakukan dengan *one sampel Kolmogorov- Smirnov Test*.

2) Uji Homoskedastisitas

Uji ini bertujuan untuk menguji *error* atau *galat* dalam model statistik analisis regresi linear sederhana, untuk melihat apakah varians atau keragaman dari *error* dipengaruhi oleh 28 actor lain atau tidak. Pengujian pada penelitian ini menggunakan uji *glejser*.

b. Uji Hipoteses

1) Uji T

Uji statistic T disebut juga sebagai uji signifikan individual yaitu untuk menunjukkan seberapa jauh pengaruh variable independent terhadap dependen secara parsial.

2) Uji *R Square*

Uji *R Square* merupakan suatu nilai yang digunakan untuk mencari seberapa besar variable independent mempengaruhi variable dependen. *R Square* merupakan angka yang berkisar antara 0 sampai 1 yang mengindikasikan besarnya kombinasi variable independent secara Bersama-sama mempengaruhi nilai variable dependen.

Jika *r Square* bernilai 0.6, berarti 60% sebaran variable dependen dapat dijelaskan oleh variable independent. Sisanya 40% tidak dapat dijelaskan oleh variable independent atau dapat dijelaskan oleh variable diluar variable independent

(komponen error). Jika nilai r kecil, artinya komponen error yang besar.

Berdasarkan Uraian di atas *R Square* disebut juga sebagai koefisien determinasi yang menjelaskan seberapa jauh data dependen dapat dijelaskan oleh data independent.

3) Uji Regresi Linear Sederhana

Penelitian ini menggunakan Teknik regresi linear sederhana untuk analisisnya, sedangkan untuk mengetahui nilai persamaan dari regresi sederhana yang sedang diteliti dari kedua variable digunakan rumus regresi sederhana, sebagai berikut:

$$Y = a + bx$$

Keterangan

Y : Variabel respon

a : konstanta (intersep)

b : konstanta regresi (slope)

X : Variabel bebas

Menurut Sugiyono (2027:260) analisis regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh atau hubungan secara linear antara satu variable independent dengan suatu variable dependen. Regresi sederhana berguna untuk menguji pengaruh pada variabel bebas dan terikat (Sugiyono, 2017). Dengan nilai probabilitas 0,05 maka jika nilai sig. < 0,05 maka variabel X berpengaruh terhadap variabel Y, juga sebaliknya.