

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bencana adalah serangkaian kejadian yang mengancam dan mengganggu kehidupan serta penghidupan masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam dan non-alam serta faktor manusia yang berakibat pada terjadinya korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian materi, dan dampak psikologis (Danil, 2021). Pengalaman traumatik akibat bencana yang menyebabkan luka atau cacat fisik, kehilangan anggota keluarga atau rekan-rekan terdekat, serta hancurnya harta benda dalam waktu singkat akan memicu gangguan psikologis bagi para penyintas. Banyaknya korban jiwa saat bencana disebabkan oleh minimnya pemahaman masyarakat mengenai cara penanganan bencana.

Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) memiliki tugas melakukan kegiatan penanggulangan bencana yang berbentuk kesiapsiagaan, yaitu langkah-langkah yang memungkinkan pemerintah, organisasi, masyarakat, komunitas, dan individu untuk merespons situasi bencana dengan cepat dan tepat, upaya kesiapsiagaan juga bertujuan memastikan penggunaan sumber daya yang diperlukan untuk tanggap dalam peristiwa bencana secara efektif saat bencana terjadi serta mengetahui cara penggunaannya (Telaumbanua et al., 2022). Pembentukan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) menunjukkan kesungguhan dalam menangani bencana alam, terutama terkait mitigasi bencana (Khairina et al.,

2024). Pengelolaan organisasi yang efektif serta budaya kerja yang mendukung kemudian ditambah dengan persiapan dan perencanaan terhadap bencana yang matang, dapat memberikan pengaruh yang positif kesejahteraan anggota tim sebelum, selama, dan setelah terjadi suatu peristiwa (Brooks et al., 2019).

Oleh karena hal itu, petugas lapangan yang menangani bencana bisa saja menjadi korban dalam suatu bencana. Tidak semua petugas menerima pelatihan yang memadai, baik dalam aspek psikologis maupun keterampilan teknis sebelum berangkat ke lokasi yang terkena bencana. Reaksi yang muncul bisa berupa rasa terkejut atau kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang terkena bencana (Ahmad et al., 2023). Contohnya, mereka yang kehidupan pribadi atau kariernya terlihat lebih rentan menghadapi masalah kesehatan mental. Menghabiskan waktu terpisah dari rumah atau keluarga, memerlukan dukungan logistik atau pakaian, dan terutama kerugian yang bersifat pribadi, properti, pekerjaan, atau finansial (Brooks et al., 2017). Kesejahteraan fisik dan psikologis seseorang merupakan salah satu aspek yang memengaruhi dedikasinya terhadap pekerjaan. Efek jangka panjang dari bencana mungkin berpengaruh pada kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis ini dapat disebut dengan *psychological well-being*.

Menurut Ryff (1989), kesejahteraan psikologis sering disebut sebagai *psychological well-being* yang mencakup penerimaan diri, penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, memiliki tujuan

dan makna hidup, serta merasakan pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan. Kesejahteraan psikologis dapat ditandai oleh tercapainya kebahagiaan, kepuasan hidup, dan ketiadaan gejala-gejala depresi (Sari & Monalisa, 2021). Pandangan hidup serta sikap mental semacam itu akan mendorong individu untuk tidak mudah cepat merasa puas dan akan terus meningkatkan keterampilan kerjanya. Kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki oleh petugas dapat menjadi landasan untuk mencapai produktivitas dalam bekerja. Kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki oleh individu diharapkan dapat menyelesaikan tugas dengan cara yang baik, jika seseorang menguasai keterampilan dengan baik, maka ia akan berhasil terhadap pekerjaannya (Wahyuni et al., 2023).

Hasil observasi awal dilingkungan BPBD Kota Surakarta menunjukkan bahwa setiap petugas lapangan menghadapi tantangan tersendiri dalam pekerjaan mereka yang mungkin berpengaruh pada kondisi psikologis masing-masing, meskipun terdapat banyak hambatan yang tersembunyi dan mungkin sulit untuk diungkapkan, petugas lapangan tetap berusaha bersikap profesional terhadap perubahan disekitar mereka dengan berbagai masalah yang dialaminya karena tidak hanya mencakup di satu lingkungan saja tetapi juga di lingkup sosial yang meluas. Banyak sekali kasus yang ditanganinya sehingga benar-benar membutuhkan keterampilan khusus dalam penanganannya. Petugas lapangan juga menjalankan tugasnya dengan penuh rasa kasih karena dapat berkontribusi bagi orang-orang disekitarnya. Selain itu, petugas lapangan laki-laki juga memiliki ketegasan dalam

mempertahankan pendirian pribadi serta memiliki kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat dan mengambil sikap sesuai dengan kondisi yang sedang terjadi di lingkungan sekitarnya. Peneliti memilih petugas lapangan laki-laki sebagai informan karena petugas lapangan laki-laki melaksanakan tugasnya memang sangat optimal ketika mendapati kejadian yang tidak terduga. Itu semua karena kesiapan fisik dan mental serta pembekalan ilmu dan prakteknya yang sudah di terapkan sehingga mendapatkan banyak pengalaman. Petugas lapangan laki-laki juga lebih kuat dalam menghadapi suatu kasus yang terkadang membuat kelelahan fisik dan mental serta lebih memikirkan bagaimana agar bisa mencari solusi yang tepat atau alternatif lain dan lebih bisa bekerja dengan cepat menangani korban.

Terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kondisi individu agar bisa mengelola situasinya untuk mencapai kesejahteraan psikologis dan ketentraman dalam diri, yaitu melalui meditasi, relaksasi, dan keagamaan agar selalu mendapat kemudahan dalam menjalani hidup dan pekerjaan, kemudian dalam situasi yang tidak stabil, rasa syukur juga sangat diperlukan untuk mengekspresikan emosi positif maupun negatif dari petugas lapangan, karena dengan bersyukur dapat mendorong individu untuk maju dengan semangat tinggi meskipun kadang merasa kecewa, frustrasi, tidak puas, dan akhirnya menghambat pertumbuhan serta perkembangannya, petugas lapangan tetap bangga kepada dirinya sendiri karena mampu menerima segala keadaannya. Apabila seseorang tidak memiliki sikap positif dalam mengelola diri, maka mereka tidak akan terbiasa menghadapi kasus atau masalah besar

dan kurang mampu memberikan dukungan kepada orang lain akibat rendahnya kesejahteraan psikologisnya. Para petugas lapangan laki-laki memiliki cara tersendiri dalam menghadapi tantangan atau masalah, seperti melakukan evaluasi atau refleksi diri yang juga perlu dilakukan. Jika seseorang tidak mampu mengevaluasi dirinya, maka ia akan kesulitan untuk tumbuh dan berkembang di masa depan karena fokus hanya pada masalah tanpa mencari solusi atau jalan keluar. Berdasarkan berbagai pengalaman yang sudah banyak dijalani oleh petugas lapangan juga banyak mendapatkan pembelajaran hidup yang menjadikannya lebih bijaksana dan lebih kuat karena tidak semua hal dapat berjalan sesuai dengan harapan namun belajar melewatinya dengan keikhlasan serta kesabaran yang mungkin tidak mudah untuk diterimanya, maka dari hal tersebut, peneliti ingin menelaah lebih dalam mengenai “Gambaran *Psychological Well-Being* pada Petugas Lapangan Laki-Laki di BPBD Kota Surakarta”.

1.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada petugas lapangan laki-laki di BPBD Kota Surakarta.

1.3 Manfaat Penelitian

Adanya hasil dari penulisan ini diharapkan memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis:

1.3.1 Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan bagi pengembangan ilmu psikologi secara keseluruhan dan memperkaya pemahaman tentang kondisi manusia, mengembangkan model-model yang dapat menjelaskan fenomena psikologis serta dapat meningkatkan kualitas hidup individu.

1.3.2 Manfaat Praktis.

1. Bagi peneliti

Penelitian ini memberikan gambaran alami dan mendalam mengenai Gambaran Psychological Well-being Pada Petugas Lapangan Laki-laki di BPBD Kota Surakarta.

2. Bagi BPBD Kota Surakarta

Membantu BPBD dalam memahami bagaimana Gambaran Psychological Well-being Pada Petugas Lapangan Laki-laki di BPBD Kota Surakarta untuk mengoptimalkan kinerja dan memperhatikan kondisi setiap anggotanya.

3. Bagi Masyarakat

Diharapkan dalam penelitian ini mampu memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait Gambaran *Psychological Well-being* Pada Petugas Lapangan Laki-laki di BPBD Kota Surakarta dalam tugas kemanusiaan.

1.4 Keaslian Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti mengkaji sejumlah penelitian sebagai pustaka menyesuaikan topik yang sedang diteliti, sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No. | Peneliti | Judul Penelitian | Metode Penelitian | Hasil Penelitian |
|-----|---|---|--|--|
| 1. | Samantha K. Brooks, Rebecc Dunn, Richard Amlot, G. James Rubin, dan Neil Greenberg (2019) | Melindungi Kesejahteraan Psikologis Staf yang Terpapar Bencana atau Keadaan Darurat di Tempat Kerja: Sebuah Studi Kualitatif | Metode dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif semi-terstruktur dengan analisis tematik | Hasil dari penelitian terdapat dampak psikologis positif dan negatif dari pengalaman bencana atau keadaan di tempat kerja. Sebagian besar hanya memiliki sedikit pelatihan tentang cara mempersiapkan diri dan mengatasi dampak psikologis tersebut. |
| 2 | Brooks, SK, Dunn, R., Amlot, R., Rubbin, GJ, dan Greenberg, N. (2017) | <i>Social and occupational factors associated with psychological wellbeing among occupational groups affected by disaster: a systematic review.</i> | Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif primer | Hasil dari penelitian ini menyoroti pentingnya dukungan sosial dalam menjaga kesejahteraan psikologis |
| 3 | Maulina Amalia Sari dan Ameria Monalisa (2021) | <i>Psychological Well-being</i> Karyawan Studi Literatur | Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (<i>library research</i>) | Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh budaya organisasi dan kebersyukuran (<i>gratitude</i>) terhadap <i>psychological well-being</i> karyawan. |

Perbedaan antara penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya adalah tempat atau lokasi penelitian dan juga sampel yang dipakai. Penulis menjadikan BPBD Kota Surakarta sebagai tempat penelitian dengan subjek penelitian adalah

petugas lapangan laki-laki. Persamaan variabel penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yakni berfokus pada *psychological well-being*.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Psychological Well-being*

2.1.1 *Definisi Psychological well-being*

Menurut Ryff (1989), *psychological well-being* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*) (Najera et al., 2009).

Menurut Edwards & Ngcobo (2005), memaparkan bahwa *psychological well-being* merupakan mental yang positif pada manusia. Individu yang memiliki *psychological well-being* yang baik akan merasakan kebahagiaan, merasa memiliki kemampuan dan kepercayaan diri, dan didukung dengan baik (Panggabean, 2022).

Trisusanti & Satiningsih (2012), *psychological well-being* ini merupakan kemampuan individu dalam menerima keadaan dirinya, membentuk hubungan yang hangat dengan orang lain, mampu mengendalikan dirinya dan mandiri terhadap tekanan sosial, serta mampu untuk merealisasikan potensi yang dimilikinya sehingga memiliki arti dalam hidupnya. Pencapaian penuh dalam diri individu tersebut mampu menciptakan hubungan positif dengan orang lain, mampu mengambil keputusan serta mengatur

lingkungan, memiliki tujuan hidup, dan mampu melalui tantangan yang ada dalam hidupnya (Panggabean, 2022).

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi mental yang positif di mana individu secara aktif dan berhasil berfungsi secara psikologis, merasa bahagia, percaya diri, dan di dukung, serta memiliki kemampuan untuk menerima diri sendiri, mengembangkan potensi, dan menjalin hubungan yang positif, sehingga hidup terasa bermakna dan memiliki tujuan.

2.1.2 Aspek-aspek *Psychological well-being*

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Ryff (Najera et al., 2009) yang menyebutkan bahwa aspek-aspek yang menyusun *psychological well-being* antara lain:

1. Penerimaan diri (*Self-acceptance*).

Seseorang yang *psychological well-being*-nya tinggi memiliki sikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai aspek positif dan negatif dalam dirinya, dan perasaan positif tentang kehidupan masa lalu.

2. Hubungan positif dengan orang lain (*Positive relations with others*).

Banyak teori yang menekankan pentingnya hubungan interpersonal yang hangat dan saling mempercayai dengan orang lain. Kemampuan untuk mencintai dipandang sebagai komponen utama kesehatan mental.

Psychological well-being seseorang itu tinggi jika mampu bersikap

hangat dan percaya dalam berhubungan dengan orang lain, memiliki empati, afeksi, dan keintiman yang kuat, memahami pemberian dan penerimaan dalam suatu hubungan.

3. Kemandirian (*Autonomy*).

Merupakan kemampuan individu dalam mengambil keputusan sendiri dan mandiri, mampu melawan tekanan sosial untuk berpikir dan bersikap dengan cara yang benar, berperilaku sesuai dengan standar nilai individu itu sendiri, dan mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal.

4. Penguasaan lingkungan (*Environmental mastery*).

Mampu dan berkompetensi mengatur lingkungan, menyusun kontrol yang kompleks terhadap aktivitas eksternal, menggunakan secara efektif kesempatan dalam lingkungan, mampu memilih dan menciptakan konteks yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai individu itu sendiri.

5. Tujuan hidup (*Purpose in life*).

Kesehatan mental didefinisikan mencakup kepercayaan-kepercayaan yang memberikan individu suatu perasaan bahwa hidup ini memiliki tujuan dan makna. Individu yang berfungsi secara positif memiliki tujuan, misi, dan arah yang membuatnya merasa hidup ini memiliki makna.

6. Pengembangan pribadi (*Personal growth*)

Merupakan perasaan mampu dalam melalui tahap-tahap perkembangan, terbuka pada pengalaman baru, menyadari potensi yang ada dalam dirinya, melakukan perbaikan dalam hidupnya setiap waktu.

Menurut Seligman (2002), terdapat lima aspek dalam *psychological well-being* (Gander et al., 2016), antara lain:

1. Emosi Positif (*Positive Emotion*)

Merasakan emosi positif seperti kegembiraan, rasa syukur, kepuasan, dan cinta.

2. Keterlibatan (*Engagement*)

Terlibat penuh dalam aktivitas yang menarik dan menantang, sehingga menimbulkan rasa “mengalir” (*flow*).

3. Hubungan (*Relationship*)

Membangun dan memelihara hubungan sosial yang positif, kuat, dan bermakna dengan orang lain

4. Makna (*Meaning*)

Menemukan tujuan dan rasa memiliki pada sesuatu yang lebih besar dari diri sendiri, seperti memulai pekerjaan, komunitas, atau keyakinan spiritual

5. Prestasi (*Achievement*)

Menetapkan dan mencapai tujuan, baik yang sifatnya intrinsik maupun ekstrinsik, yang memberikan rasa bangga dan pencapaian

Berdasarkan pendapat diatas, aspek *psychological well-being*, antara lain adalah perasaan positif dan kepuasan, hubungan yang positif, kemandirian dan penguasaan lingkungan, tujuan dan makna hidup, perkembangan pribadi dan keterlibatan.

2.1.3 Faktor-faktor *Psychological well-being*

Menurut Ryff, Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* seseorang (Panggabean, 2022) antara lain:

1. Jenis Kelamin.

Satu-satunya dimensi yang menunjukkan perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan adalah dimensi hubungan positif dengan orang lain.

2. Usia.

Individu yang berada dalam usia dewasa akhir memiliki skor *psychological well-being* yang lebih rendah dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan diri; individu yang berada dalam usia dewasa madya memiliki skor *psychological well-being* yang lebih tinggi dalam dimensi penguasaan lingkungan; individu yang berada dalam usia dewasa awal memiliki skor yang lebih rendah dalam dimensi otonomi dan penguasaan lingkungan dan memiliki skor *psychological well-being* yang lebih tinggi dalam dimensi pertumbuhan diri. Dimensi penerimaan diri dan dimensi hubungan positif dengan orang lain tidak memperlihatkan adanya perbedaan seiring dengan penambahan usia

3. Kecerdasan Emosi.

Individu yang mampu mengenali dan meregulasi emosinya dengan tepat akan lebih memiliki kontrol terhadap tekanan dari lingkungan.

4. Budaya.

Sistem nilai individualisme-kolektivisme memberi dampak terhadap *psychological well-being* yang dimiliki suatu masyarakat. Budaya barat memiliki skor yang tinggi dalam dimensi penerimaan diri dan dimensi otonomi, sedangkan budaya timur yang menjunjung tinggi nilai kolektivisme, memiliki skor yang tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain.

5. Status Sosial Ekonomi.

Status sosial ekonomi berhubungan dengan dimensi penerimaan diri, tujuan hidup, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan diri. Individu yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung membandingkan dirinya dengan orang lain yang memiliki status ekonomi yang lebih baik darinya.

Berdasarkan faktor-faktor *psychological well-being*, dapat disimpulkan bahwa *psychological well-being* dipengaruhi oleh faktor-faktor pribadi seperti usia, jenis kelamin, dan kecerdasan emosi, serta faktor lingkungan seperti budaya dan status sosial ekonomi.

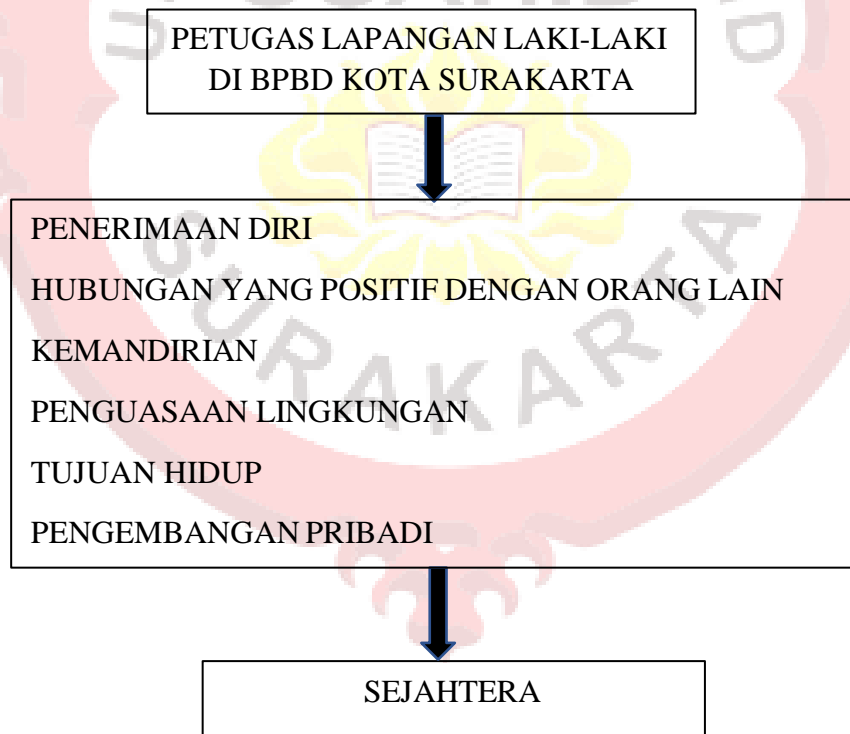
2.2 Definisi Petugas Lapangan

Petugas lapangan merupakan tim yang bertugas melaksanakan kegiatan kaji cepat bencana dan dampak bencana, pada saat tanggap darurat, meliputi penilaian kebutuhan, penilaian kerusakan dan kerugian dalam

penanggulangan bencana petugas lapangan memiliki tugas peninjauan secara cepat dan tepat di lokasi bencana dalam waktu tertentu dan dalam rangka mengidentifikasi cakupan lokasi bencana, jumlah korban, kerusakan prasarana dan sarana, gangguan terhadap fungsi pelayanan umum dan pemerintahan serta kemampuan sumber daya alam maupun buatan serta saran yang tepat dalam upaya penanganan bencana dengan tugas tambahan membantu SATKORLAK PB/BPBD Provinsi/ SATLAK PB/BPBD Kabupaten/Kota untuk mengkoordinasikan sektor yang terkait dalam penanganan darurat bencana (Khikma & Sofwan, 2021).

2.3 Kerangka Berpikir

Tabel 2.1 Kerangka Berpikir



Kerangka berpikir ini menunjukkan bahwa meskipun petugas lapangan laki-laki di BPBD Kota Surakarta menghadapi pekerjaan yang sangat sulit, *psychological well-being* adalah kunci yang memungkinkan mereka tetap tangguh, berfungsi optimal, dan merasa sejahtera melalui penerimaan diri, kemandirian, penguasaan lingkungan, hubungan yang positif, tujuan hidup dan dorongan untuk terus berkembang.

2.4 Dinamika Psikologis

Pekerjaan sebagai petugas lapangan BPBD yang di mana memiliki risiko tinggi dan tekanan diubah menjadi ketangguhan mental melalui Psychological well-being (PWB). Secara rutin, petugas yang terpapar pada situasi bencana dapat memicu pengalaman traumatis, kecemasan, dan kelelahan fisik maupun mental. Namun, alih-alih menyerah pada tekanan tersebut, mayoritas petugas lapangan laki-laki BPBD menunjukkan PWB yang kuat. Dinamika ini menunjukkan mulai dari penerimaan diri, di mana mereka mampu menerima emosi negatif dan mengubah kritik menjadi pembelajaran, hingga tujuan hidup yang ditemukan melalui kontribusi kemanusiaan yang tulus. PWB pada petugas lapangan ini juga ditopang oleh hubungan positif dengan tim dan keluarga, serta kemandirian dalam mengambil keputusan yang berisiko tanpa bergantung pada validasi orang lain. kemampuan penguasaan lingkungan memungkinkan mereka mengatur tugas dan sumber daya yang terbatas secara efektif, kemudian dengan adanya dorongan pertumbuhan pribadi membuat mereka menjadikan kegagalan sebagai motivasi untuk terus belajar, bukan menyerah.

2.5 Pertanyaan Penelitian

Pertanyaan dari penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran *Psychological Well-being* Pada Petugas Lapangan Laki-laki di BPBD Kota Surakarta?

