Program pendampingan ibu rumah tangga dalam meningkatkan ketahanan keluarga pasca bencana gempa Cianjur

Novi Widiastuti¹, Arya Nugraha², Fiqri Firmansyah³, Herrianto⁴, Mochamad Nur Rochman⁵, Muhamad Nizar Sazidan⁶, Yuda Hakim Permana⁷

1234567 IKIP Siliwangi, Cimahi

*noviwidiastuti@ikipsiliwangi.ac.id

ABSTRAK

Bencana gempa yang menimpa Kab. Cianjur memberikan dampak yang sangat berarti, salah satunya adalah runtuhnya ketahanan keluarga. Ketahanan keluarga pada aspek fisik dan psikis tentunya menjadi sebuah kerusakan untuk dimiliki setiap keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan hidup yang tidak pasti. Kehilangan anggota keluarga tentunya sangat memberikan efek negatif pada ketahanan keluarga, apalagi kehilangan kepala keluarga. IKIP Siliwangi melalui program Gerakan IKIP Siliwangi Mengajar (Gisma) tahun 2023 melakukan pendampingan terhadap keluarga yang terdampak gempa secara langsung. Dengan metode pendampingan, pelatihan, dan trauma healing, diharapkan dapat memberikan warna baru dalam membantu korban bencana gempa melalui pengabdian pada masyarakat yang terintegrasi dengan kegiatan mahasiswa. Materi yang disampaikan dalam pendampingan adalah program parenting dan trauma healing melalui kegiatan Surat Cinta Untuk Diriku. Adapun hasil yang didapat adalah adanya semangat para ibu untuk bangkit dari bencana demi mempertahankan keutuhan keluarga dan perluasan aksesibilitas terhadap layanan konsultasi pengasuhan anak.

Kata Kunci : *Parenting, Pendampingan Keluarga, Ketahanan Keluarga*

ABSTRACT

The earthquake that hit Kab. Cianjur has a very significant impact, one of which is the collapse of family resilience. Family resilience in the physical and psychological aspects is certainly a must for every family to face various uncertain life challenges. The loss of a family member certainly has a very negative effect on family resilience, let alone losing the head of the family. IKIP Siliwangi through Gerakan IKIP Siliwangi Mengajar (GISMA) program in 2023 provides assistance to families directly affected by the earthquake. With mentoring, training and trauma healing methods, it is hoped that it can provide a new color in helping earthquake victims through community service that is integrated with student activities. The material presented in the mentoring is parenting and trauma healing programs through "Love Letters for Myself". The results obtained are the enthusiasm of mothers to rise from disasters in order to maintain family unity and expand accessibility to childcare consulting services.

Keywords: Parenting, Family assistance, Family Resilience

Articel Received: 29/03/2023 **Accepted:** 30/09/2023

How to cite: Widiastuti, N., dkk. (2023). Program pendampingan ibu rumah tangga dalam meningkatkan ketahanan keluarga pasca bencana gempa Cianjur. *Abdimas Siliwangi*, Vol 6 (3), 711-719. doi: 10.22460/as.v6i3.17412

A. PENDAHULUAN

Guncangan ataupun getaran yang terjadi akibat adanya pelepasan energi dari bawah tanah yang terjadi secara mendadak atau tiba-tiba di permukaan bumi disebut

dengan gempa bumi (BPBD Banda Aceh, 2018). Gempa bumi ini merupakan suatu bencana yang tidak dapat dipredikisi dan disebabkan oleh peristiwa alam yang menimbulkan banyak kerugian, seperti rusaknya fasilitas public, lingkungan dan pribadi dimana menimbulkan dampak psikologi bahkan korban jiwa. Selain itu gempa bumi dapat menyebabkan terjadinya kesulitan hidup bagi parakorbananya.

Gempa bumi di Cianjur terjadi pada tanggal 21 November 2022 dengan kekuatan magnitude 5,6 SR (Suspendi, 2022). Berbagai sarana umum dan rumah warga mengalami kerusakan parah, dan menimbulkan banyak korban diakibatkan oleh bencana tersebut. Namun selain kerusakan fisik, masyarakat juga mengalami kerusakan psikis yang jauh lebih lama dalam pemulihannya. Terjadi beberapa perubahan yang dirasakan masyarakat yang kehilangan anggota keluarganya. Kegiatan Pendidikan juga tidak berjalan sebagaimana mestinya dikarenakan kerusakan bangunan sekolah. Hal ini juga menyebabkan banyaknya anak-anak yang putus sekolah karena tidak ada biaya untuk melanjutkan sekolah.

Menurut (Ramirez & Peek-ASa, 2005) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa korban bencana alam contohnya seperti gempa bumi umumnya memiliki beberapa masalah seperti psikologis dan kerusakan fisik dimana korban dapat memiliki gejala trauma, depresi, cemas dan stress. Sejalan dengan hal tersebut, Surendra, Samuel, Marahatta, Anwar Van Ommeren dan Ofrin (2017) menemukan bahwa 15-20% korban bencana mengalami gangguan mental sedang atau ringan mengarah pada kondisi atau keadaan post traumatic stress disorder (PTSD), kemudian 204% nya mengalami gangguan yang berat seperti kecemasan yang tinggi, psikosis dan depresi yang berat. Sejalan dengan itu penanganan pasca bencana yang terkait dengan psikologis korban sangat dibutuhkan.

Kondisi tersebut juga berdampak pada ketahanan keluarga. Menurut (Puspitawati, 2012) ketahanan keluarga menunjukkan kekuatan baik dari sisi input, proses, dan output bahkan dampak yang dirasakan manfaatnya bagi keluarga serta kekuatan daya juang keluarga dalam menyesuaikan dengan lingkungan sekitar. Namun pada kenyataannya banyak keluarga yang memiliki ketahanan keluarga yang rendah, sehingga tidak siap dengan segala kemungkinan dalam hidup salah satunya bencana gempa.

Menurut Undang-Undang Nomor 52 Tahun 2009 Tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga bahwa yang disebut dengan keluarga berkualitas adalah keluarga yang dibentuk berdasarkan perkawinan yang sah dan bercirikan sejahtera, sehat, maju, mandiri, memiliki jumlah anak yang ideal, berwawasan ke depan, bertanggungjawab, harmonis dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa. Kualitas keluarga adalah kondisi keluarga yang mencakup aspek pendidikan, kesehatan, ekonomi, sosial budaya, kemandirian keluarga dan mental spiritual serta nilai-nilai agama yang merupakan dasar untuk mencapai keluarga sejahtera.

Menurut Chapman (2000) ada lima tanda adanya ketahanan keluarga (*family strength*) yang berfungsi dengan baik (*functional family*) yaitu (1) Sikap melayani sebagai tanda kemuliaan, (2) Keakraban antara suami-istri menuju kualitas perkawinan yang baik, (3) Orangtua yang mengajar dan melatih anaknya dengan penuh tantangan kreatif, pelatihan yang konsisten dan mengembangkan ketrampilan, (4) Suami-istri yang menjadi pemimpin dengan

penuh kasih dan (5) Anak-anak yang mentaati dan menghormati orangtuanya.

Ketahanan keluarga (*family strengths atau family resilience*) merupakan suatu konsep holistik yang merangkai alur pemikiran suatu sistem, mulai dari kualitas ketahanan sumberdaya, strategi coping dan '*appraisal*'. Ketahanan keluarga (*Family Resilience*) merupakan proses dinamis dalam keluarga untuk melakukan adaptasi positif terhadap bahaya dari luar dan dari dalam keluarga (McCubbin *et al.* 1988).

Melalui kegiatan Gerakan IKIP Siliwangi Mengajar (GISMA) tahun 2023, para dosen ikut melaksanakan pengabdian pada masyarakat melalui program pendampingan dan trauma healing para korban untuk meningkatkan motivasi bangkit dan aksesibilitas terhadap Pendidikan keluarga demi memperkuat ketahanan keluarga pasca bencana gempa.

B. LANDASAN TEORI

Menurut UU RI Nomor 52 Tahun 2009, tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, Keluarga adalah unit terkecil dalam masyarakat yang terdiri dari: Suami-isteri, atau Suami, isteri, dan anaknya, atau Ayah dan anaknya, atau Ibu dan anaknya. Keluarga merupakan pilar pembangunan bangsa. Keluarga merupakan

lingkungan pertama dan utama yang mempunyai peranan penting dalam memenuhi kebutuhan “asah, asih, dan asuh”.

Ali Akbar (kholik, 2019) berpendapat bahwa, keluarga adalah masyarakat terkecil yang sekurang- kurangnya terdiri dari pasangan suami istri sebagai anggota inti, berikut anak (anak- anak) yang lahir dari mereka. Jadi setidaknya anggota keluarga adalah sepasang suami istri bila belum ada anak atau tidak punya anak sama sekali. Selanjutnya Sudjana berpendapat bahwa, keluarga meliputi orang tua dengan anak (anak) nya, terdapat lima ciri khas yang di miliki keluarga, yaitu (1) adanya hubungan berpasangan antara kedua jenis kelamin, (2) adanya perkawinan yang mengkokohkan hubungan tersebut, (3) pengakuan terhadap keturunan, (4) kehidupan ekonomi bersama, dan (5) kehidupan berumah tangga. Dalam tulisan (Jailani, 2014) Ki Hajar Dewantara mengatakan keluarga adalah kumpulan individu yang memiliki rasa pengabdian tanpa pamrih, demi kepentingan seluruh individu yang bernaung di dalamnya. Begitu pentingnya keluarga dari kehidupan manusia bagi individu maupun sekelompok orang. Abdullah dan Berns juga memperkuat agrumen, bahwa keluarga adalah suatu kelompok sosial yang ditandai oleh tempat tinggal bersama kerja sama ekonomi, dan reproduksi.

Ketahanan keluarga tidak sama dengan pengertian kesejahteraan keluarga (*family well-being*), namun saling berkaitan. Pengertian kesejahteraan keluarga sudah diperkenalkan terlebih dahulu dibandingkan dengan pengertian ketahanan keluarga. Pengertian kesejahteraan keluarga diperkenalkan oleh para ahli ekonomi dan sosiologi umum yang berkaitan dengan output keluarga baik dimensi kesejahteraan fisik (*physical well-being*), kesejahteraan sosial (*social well-being*), kesejahteraan ekonomi (*economical well-being*), maupun kesejahteraan psikologi-spiritual (*psychologicalspiritual well-being*). Sedangkan istilah ketahanan keluarga (*family strength or family resilience*) dipromosikan oleh para ahli sosiologi keluarga yang mulai diperkenalkan mulai akhir tahun 1950 atau awal tahun 1960an. Istilah ketahanan keluarga lebih menunjukkan suatu kekuatan baik dari sisi input, proses, maupun output/ outcome bahkan dampak dari output/ *outcome* yang dirasakan manfaatnya bagi keluarga serta kekuatan daya juang keluarga (*coping strategies*) dalam menyesuaikan dengan lingkungan di sekitarnya (Puspitawati, 2012).

Gangguan/ ancaman dari berbagai aspek tersebut baik sosial, ekonomi maupun lingkungan alam dapat menimbulkan kerapuhan keluarga pada berbagai aspek, seperti sosial, ekonomi dan lingkungan. Dampak dari semua gangguan ini tergantung dari seberapa besar ancaman yang ada. Adapun jenis-jenis ancaman/ kerapuhan (*vulnerability*) (UNDP 2000) adalah:

1. Kerapuhan aspek ekonomi (*Economic Vulnerability*) yang merupakan tekanan makro termasuk tekanan ekonomi keluarga terhadap produksi, distribusi dan konsumsi ekonomi keluarga.
2. Kerapuhan aspek lingkungan (*Environmental Vulnerability*) yang merupakan tekanan dari luar yang berasal dari sistem ekologi sumberdaya alam (*natural ecosystems*).
3. Kerapuhan aspek sosial (*Social Vulnerability*) yang merupakan tekanan dari luar yang berhubungan dengan stabilitas sosial dan masalah sosial masyarakat.
4. Contoh berbagai Ancaman (*Vulnerability*):
 - a. Sulitnya mencari pekerjaan, karena tekanan pengangguran yang tinggi.
 - b. Tingginya angka kemiskinan.
 - c. Marginalisasi kehidupan kemanusiaan di perkotaan.
 - d. Marjinalisasi ekonomi pedesaan.
 - e. Rawan bencana alam (gempa, banjir, gunung berapi dll).
 - f. Inflasi ekonomi yang tinggi.
 - g. Tingginya biaya hidup pada berbagai aspek kehidupan termasuk biaya
 - h. kesehatan.
 - i. Keamanan pangan yang tidak terjamin.

Ketahanan keluarga versi Sunarti (2001) menyangkut kemampuan keluarga dalam mengelola masalah yang dihadapinya berdasarkan sumberdaya yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan keluarganya; Diukur dengan menggunakan pendekatan sistem yang meliputi komponen input (sumberdaya fisik dan non fisik), proses (manajemen keluarga, salah keluarga, mekanisme penanggulangan) dan output (terpenuhinya kebutuhan fisik dan psikososial).

Jadi keluarga mempunyai:

1. Ketahanan fisik apabila terpenuhinya kebutuhan pangan, sandang, perumahan, pendidikan dan kesehatan (indikator: pendapatan per kapita melebihi kebutuhan

- fisik minimum) dan terbebas dari masalah ekonomi (indikator: terbebas dari masalah ekonomi).
2. Ketahanan sosial apabila berorientasi nilai Agama, komunikasi berlangsung efektif, komitmen keluarga tinggi (pembagian peran, dukungan untuk maju dan waktu kebersamaan keluarga, membina hubungan sosial dan mekanisme penanggulangan masalah.
 3. Ketahanan psikologis keluarga apabila keluarga mampu menanggulangi masalah non fisik, pengendalian emosi secara positif, konsep diri positif (termasuk terhadap harapan dan kepuasan) dan kepedulian suami terhadap istri.

C. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian pada masyarakat dilaksanakan selama 2 pekan yang terbagi menjadi tiga tahapan kegiatan yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan ketiga tahap evaluasi. Pada tahap perencanaan dilakukan beberapa penetapan yaitu lokasi yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian adalah di Desa Cijedil Kecamatan Cugenang Kab Cianjur yang merupakan daerah terdampak gempa. Untuk keberlanjutan program, maka dipilihkan PKBM Junudurrahman sebagai Lembaga mitra yang akan melakukan pendampingan selanjutnya. Jenis kegiatan yang akan dilaksanakan adalah kegiatan parenting dan trauma healing melalui kegiatan “surat cinta untuk diriku” yang ditujukan untuk para ibu rumah tangga demi mempertahankan ketahanan keluarga pasca gempa. Tahap pelaksanaan kegiatan berupa penyajian materi parenting dan kegiatan trauma healing selama 2 hari, kemudian dilakukan pendampingan oleh mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan GISMA IKIP Siliwangi. Tahapan terakhir yaitu evaluasi program yang dilakukan melalui observasi dan wawancara mengenai pemahaman materi parenting dan dampak trauma healing dalam mengurangi kecemasan para ibu rumah tangga.

Materi parenting yang disampaikan adalah mengenai pendampingan anak saat belajar dalam keterbatasan kondisi di pengungsian. Namun para ibu perlu mengurangi rasa trauma terlebih dahulu sehingga dapat memberikan pendampingan dan pengasuhan pada anak dengan lebih tenang.

Tingkat keberhasilan pengabdian ini adalah adanya perubahan pemahaman ibu mengenai sikap yang diambil ketika menghadapi bencana atau situasi yang sulit

sehingga tidak mengganggu ketahanan keluarga. Selain itu, melalui trauma healing, peserta dapat melakukan secara mandiri jika berada pada situasi sulit yang sama bahkan yang lebih sulit.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Program pengabdian pada masyarakat dilaksanakan dengan melibatkan mahasiswa untuk menjadi salah satu fasilitator dalam mendampingi orangtua terutama para ibu rumah tangga dalam memahami materi parenting dan trauma healing serta menjadi observer dalam menilai perubahan yang terjadi pada peserta. Pelibatan mahasiswa dimaksudkan untuk menumbuhkembangkan kesadaran pendidikan keluarga secara akademik, sekaligus memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat mengaplikasikan pendekatan konseling dalam proses pendidikan masyarakat melalui sistem keluarga yang berbasis parenting.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara mahasiswa, diperoleh beberapa gambaran bahwa terdapat perubahan dalam pengasuhan yang ditunjukkan oleh orangtua. Perubahan itu diantaranya adalah komunikasi yang dibangun antara ibu dan anak mulai terkondisikan dengan cukup baik dan nada bicara yang tidak terlalu tinggi. Para ibu mulai memahami perasaan anak sesuai usia perkembangannya. Sebagaimana diketahui bahwa orangtua adalah teladan bagi anak, sehingga anak hanya akan bertindak sesuai dengan yang dilihatnya. Para ibu tidak lagi menggunakan tindakan fisik sebagai hukuman pada anak.

Selain itu, dalam hasil observasi dan wawancara ditemukan informasi bahwa orangtuanya semakin kurang baik pada anak pasca bencana gempa, artinya bencana gempa ini memberikan dampak pada ketahanan keluarga sehingga kehidupan menjadi tidak stabil seperti sebelumnya. Trauma healing melalui kegiatan “surat cinta untukku” dirasakan cukup membantu para ibu meluapkan kesedihan, kemarahan, dan kegundahan hati yang sangat memberikan dampak pada pengasuhan anak. Selain itu surat cinta untukku itu juga bisa memberikan afirmasi positif pada diri sendiri, bahkan menjadi motivasi tersendiri di saat suasana hati sedang tidak menentu.

Pembahasan

Berdasarkan hasil kegiatan yang dipaparkan di atas, bahwa kegiatan pengabdian ini mendapat respon positif dari para peserta dan pengelola PKBM Junudurrahman sebagai mitra dalam program ini. Harapannya adalah pendampingan dapat dilanjutkan oleh pengelola PKBM dengan tetap berkoordinasi dengan tim fasilitator dari mahasiswa dan dosen IKIP Siliwangi. Peningkatan kemampuan pengasuhan anak dapat ditindaklanjuti dengan mengikuti pembelajaran secara daring melalui aplikasi “Bersama Dampingi Keluarga Hebat (Samping Kebat)” atau melalui media social Instagram Komunitas sampingkebat_

Perubahan ketahanan keluarga pasca bencana memang sangat dimungkinkan terjadi karena bencana gempa memberikan dampak ancaman/ kerapuhan (*vulnerability*) (UNDP 2000) yaitu :

- a. Sulitnya mencari pekerjaan, karena tekanan pengangguran yang tinggi.
- b. Tingginya angka kemiskinan.
- c. Marginalisasi kehidupan kemanusiaan di perkotaan.
- d. Marjinalisasi ekonomi pedesaan.
- e. Rawan bencana alam (gempa, banjir, gunung berapi dll).
- f. Inflasi ekonomi yang tinggi.
- g. Tingginya biaya hidup pada berbagai aspek kehidupan termasuk biaya
- h. kesehatan.
- i. Keamanan pangan yang tidak terjamin.

Kesehatan mental para ibu rumah tangga menjadi salah satu penentu ketahanan keluarga di masa pasca bencana. Melalui parenting dan trauma healing, para ibu lebih bisa merasa tenang dan mampu berpikir jernih dan positif saat bangkit dari keterpurukan. Elkind (dalam Palupi, 2013:3) “Komunikasi dan negosiasi antara orang tua dan anak akan mampu menjembatani keinginan dan kebutuhan masing-masing sehingga menjadi pendorong perkembangan bagi keduanya.” Ketika ibu dan anak dapat berkomunikasi dengan baik, maka mereka dapat menjadi tim yang baik dalam membangun keluarga melalui optimalisasi perannya masing-masing.

E. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, maka dapat dijelaskan bahwa dalam program pengabdian yang dilaksanakan, dapat memberikan wawasan baru mengenai pendekatan parenting yang dikembangkan di masyarakat. Keluarga sebagai unit terkecil namun menjadi penentu peradaban seyogyanya perlu mendapatkan perhatian yang khusus. Keluarga yang baik akan melahirkan generasi yang baik.

Program pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan IKIP Siliwangi menjadi pembuka jalan dalam memasyarakatkan pendidikan masyarakat melalui ruang lingkup keluarga. Oleh karena itu menuntut adanya partisipasi yang lebih luas dan lebih jelas dalam kehidupan keluarga sebagai unit terkecil dalam kehidupan manusia.

F. DAFTAR PUSTAKA

Palupi, D.R. (2013). Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan Persepsi terhadap Pola Asuh Orang Tua dengan Prestasi Belajar Psikologi Angkatan 2010 Universitas Airlangga Surabaya. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, Volume 2 Nomor 1, 2013